

## 各種健診・教室などの日程

| 区分        | 内容           | 日時                  |                                | 場所               | 予約・問い合わせ先          |
|-----------|--------------|---------------------|--------------------------------|------------------|--------------------|
| 乳幼児健診     | 4カ月児・10カ月児健診 | 7月28日(水)            | 受付13:00～13:15                  |                  |                    |
| 親子の教室     | ママのリフレッシュ教室  | 7月12日(月)            | 受付10:00～10:15<br>実施10:15～12:00 | 子育て支援課<br>キッズルーム | 子育て支援課<br>☎72-2212 |
|           | おやこの食育教室     | 7月15日(木)            | ※要予約                           |                  |                    |
|           | すくすく発達教室     | 8月6日(金)             | 実施9:30～11:30<br>※要予約           |                  |                    |
| 健康づくり     | 夜間ヘルスアップ運動教室 | 7月15日(木)            | 19:00～20:30<br>※要予約            | B&G海洋センター        | 健康福祉課<br>☎72-6934  |
|           |              | 7月29日(木)            |                                |                  |                    |
|           |              | 8月5日(木)             |                                |                  |                    |
|           | ヘルスアップ運動教室   | 7月16日(金)            | 10:00～11:30                    | 多目的研修集会施設        |                    |
|           |              | 8月6日(金)             |                                |                  |                    |
| フィットネスクラブ | 7月16日(金)     | 19:00～20:30<br>※要予約 | B&G海洋センター<br>および町民体育館          |                  |                    |

### ママのリフレッシュ教室

産前・産後・子育て中のお母さんを対象とした体操教室です。  
(持ち物：動きやすい服装・タオル)

### おやこの食育教室

就学前のお子さんとその家族を対象に、手作りのおやつ作りや離乳食についてのお話、相談を行います。  
(持ち物：エプロン、バンダナ、マイスプーン、手ふきタオル／参加費：1家族100円)

### すくすく発達教室

お子さんの発育や発達の相談、親子遊びや保護者同士の交流の場です。

### 夜間ヘルスアップ運動教室

成人の運動不足解消を目的としたストレッチや有酸素運動などを行います。

### ヘルスアップ運動教室

60歳以上を対象に、介護予防を目的としたストレッチや筋力向上・有酸素運動などを行います。

### フィットネスクラブ

成人の運動不足解消を目的に、スポーツジムインストラクターを講師として、ヨガやピラティスなどを行います。

## 令和3年度 住民総合健診

令和3年度の住民総合健診は、**完全予約制**です。  
予約期間内に予約された方には、健診前に必要な書類などを送付します。

予約されていない方で、受診を希望される方は、予約の空き状況によってご案内できる場合がありますので、必ず健康福祉課にご連絡ください。

年に一度の健康チェックのため、ぜひ受診しましょう。

- 実施期間 7月27日(火)から8月1日(日)まで
- 会場 多目的研修集会施設

☎健康福祉課 ☎72-6934

## おわびと訂正

広報おのまち6月号3ページ「笑顔とがんばり子育て応援金贈呈」の記事において、長久保<sup>しょうり</sup>匠里さんの行政区名を「大八」と掲載しましたが、正しくは「仲町」です。  
おわびして訂正します。