

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
検診	乳がん検診	10月12日(火)	受付 9:00~10:30 13:00~14:00	勤労青少年ホーム	健康福祉課 ☎72-6934
		10月13日(水)	受付 9:00~10:30		
乳幼児健診	4カ月・10カ月健診	10月27日(水)	受付13:00~13:15		
	3歳児健診	11月5日(金)			
親子の教室	ママのリフレッシュ教室	10月18日(月)	受付10:00~10:15 実施10:15~12:00 ※要予約	子育て支援課 キッズルーム	子育て支援課 ☎72-2212
	育児教室	10月26日(火)			
	親子ふれあい教室	10月22日(金)			
		10月29日(金)			
	幼児のわくわくタイム	11月9日(火)	実施9:30~12:00 ※要予約	スマイル公園	
健康づくり	夜間ヘルスアップ運動教室	10月14日(木)	19:00~20:30 ※要予約	B&G海洋センター	健康福祉課 ☎72-6934
		10月21日(木)			
		11月4日(木)			
	ヘルスアップ運動教室	10月22日(金)	10:00~11:30	多目的研修集会施設	
		11月5日(金)			
	精神保健デイケア (すずらんサークル)	10月14日(木)	10:00~12:00		
	フィットネスクラブ	10月15日(金)	19:00~20:30 ※要予約	B&G海洋センター	
		10月22日(金)			
11月5日(金)					

乳 幼 児 健 診

次のお子さんが対象です。

4カ月健診：生後4カ月(令和3年6月生まれ)

10カ月健診：生後10カ月(令和2年12月生まれ)

3歳児健診：平成30年4月・5月生まれ

【持ち物：母子(親子)健康手帳・問診票・お子さんに必要なもの(ミルク・おむつなど)】

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に、体操教室を実施します。

【持ち物：動きやすい服装・タオル】

育 児 教 室

生後1カ月から2カ月までの親子の教室です。対象者には母子保健推進員から案内します。

親子ふれあい教室

就学前のお子さんとその家族の遊びの教室です。

幼児のわくわくタイム

親子の運動遊びや交流のための教室です。

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。

精神保健デイケア

精神障がい者の方たちの交流の場です。初めて利用される方は健康福祉課までご連絡ください。

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。