



いきいき健康情報!!



	事業名	日時 (受付時間)	場所	内容など
お母さん と子ども の健康	乳幼児健康診査 (費用 無料) 問 保健センター 内線 505			
	母子相談事業	4/ 5 (金) 5/ 8 (水)	9:30~11:30	乳幼児の身長・体重測定・育児相談 持物 母子手帳 申込 予約不要です。時間内に直接保健センターまでお越しください。
	乳幼児歯科相談	①4/4(木) ②5/9(木)	9:00~10:15	健診のみ 対象 おおむね1~4歳未満 申込 電話予約制 健診・予防処置(希望者はフッ素塗布) 対象 ①平成27・29年の4月生 ②5月生 ※対象者には事前に通知します
	1歳6か月児健康診査 5歳児歯科健康診査 (歯科健診と予防処置)	4/12(金) 4/18(木)	13:00~13:15 9:00~10:15	対象 平成29年8月および9月生のお子さん(対象者には事前に通知をします) 対象 年長児 平成25年4~7月生のお子さん(対象者には事前に通知をします)
	6~7・9~10か月児 健康診査	4/26(金)	13:00~13:15	対象 6~7か月児:平成30年9/23~10/26生・9~10か月児: 30年6/23~7/26生 持物 母子手帳・受診票 ※都内指定医療機関での個別受診可。対象者への通知はありません。 対象の月齢のうちに受診してください。月齢を過ぎると無料の受診票が使えないのでご注意ください。
健康	離乳食教室 問 保健センター 内線 505			
	離乳食教室 (初期)	初期 4/ 9 (火)	9:45~11:30	調理実習(野菜スープの作り方等)と試食 対象 初期3~6 か月程度の乳児と保護者10組 申込 前日までにご予約ください 持物 母子手帳・エプロン・三角巾(髪を覆う布)・手拭きタオル・おんぶ紐・おむつやミルクなど
学習・ 栄養	健康全般に関する学習・体操など (費用 無料) 予約不要 問 保健センター 内線 505			
	50 健康教育	4/18(木)	13:30~15:00(※) <small>平成31年度より時間帯が変更</small>	大久野 保健師等による血圧測定、健康相談。ストレッチ体操。
	50 健康栄養相談	4/ 5 (金) 5/ 8 (水)	9:00~11:30	保健センター 管理栄養士・保健師による栄養や健康に関する個別相談。 偶数月は歯科衛生士による歯と口の健康相談あり。※要予約
	ロビー相談	4/23(火)	9:30~11:30	本庁舎ロビー 管理栄養士・保健師による栄養や健康に関する個別相談。 ※予約不要
運 動	各専門講師による運動 (費用 無料) 予約不要 問 保健センター 内線 505			
	50 リフレッシュ体操	4/25(木)	9:30~11:30	保健センター 歯科衛生士による「歯と口の健康」についての講話。保健師・看護 師による血圧測定、健康相談。リズム体操・エアロビクス・リラクゼー ション、体調改善運動を行います。 講師 敎使河原麻美氏
	50 スクエアステップ	4/11(木) 5/ 9(木)	10:00~11:30(※)	平井 頭とからだを使ってステップを覚え、リズムに合わせてステッ プを踏みます。歩く脳トレです。 講師 敎使河原麻美氏
	50 水中歩行教室	毎週 月・水曜日	14:00~15:30 (※)	平井 プールの前にポールエクササイズやマッサージなどでウォーミング アップをします。歩行用プールではアクアウォーキングなど水中運動 をします。 持物 水着、水泳帽、タオル、飲物 講師 大澤弘子氏 ※要予約(当日正午まで厳守) 各定員 12人(男性限定10人) ふれあいセンター直接・電話申し込み ☎042(597)4040
	50 男性限定 水中歩行教室	4/15(月)	14:00~15:30	
対象: 町内在住おおむね40歳以上 (※) おおむね60歳以上 持物: 運動できる服装でタオル、飲物 マーク: ひのでちゃん行政カード「元気・健康ポイント」対象事業 [凡例] 大久野→大久野老人福祉センター、平井→平井・生涯青春ふれあい総合福祉センター				



広報からの お知らせ



日の出町
イメージキャラクター
ひのでちゃん

~広報「日の出」いつもご覧頂き

ありがとうございます~

■ 取材班は腕章をしています。撮影にご協力をお願いします。

撮影を行う広報職員は、施設管理者やイベント主催者などに承諾を得て、広報紙などへの掲載を目的として腕章をつけ撮影を行っています。

撮影現場では、口頭での撮影承諾は行いませんが、万が一、撮影されたくないなどの場合は、撮影している職員までお申し出ください。

問 総務課 広聴広報係 内線 306

本誌に記載されている本年5月1日以後の元号は新元号に読み替えるものとします。