



いきいき健康情報!!

♪お母さんと子どもの健康【会場・保健センター】 ※各事業へ母子手帳は必ずご持参ください。

事業名	期日	時間	申込など	備考
母子相談事業	6/ 7 (金) 7/ 5 (金)	9:30~11:30	申込 予約不要	健診の詳細は、こちらから日の出町HPにアクセスし、ご確認ください
乳幼児歯科相談	6/ 6 (木) 7/ 4 (木)	9:00~10:15	申込 電話予約制 ※対象者の事前通知有	
妊婦歯科健診	7/ 4 (木)	10:30~10:45	申込 電話予約制	
5歳児歯科健診	6/20 (木)	9:00~10:15	対象者の事前通知有	◀妊婦歯科健診の詳細は、こちらから日の出町HPにアクセスし、ご確認ください
1歳6か月児健診	6/14 (金)	13:00~13:15	対象者の事前通知有	
6~7・9~10か月児健康診査	6/21 (金)	13:00~13:15	申込 予約不要 持物 受診票	離乳食教室の詳細は、こちらから日の出町HPにアクセスし、ご確認ください
離乳食教室	6/11 (火) 7/ 9 (火)	9:45~11:30	調理実習(野菜スープの作り方等)と試食 申込 予約制 持物 エプロンなど	

♪学習・栄養【健康全般に関する学習・体操など】(費用無料)

事業名	期日	時間	会場	申込など
50 健康教育	6/ 5 (水)	10:00~11:30 (※)	平井・生涯青春ふれあい総合福祉センター	歯科衛生士の講話、健康体操 申込 予約不要
	6/20 (木)	13:30~15:00 (※)	大久野老人福祉センター	健康学習、健康体操 申込 予約不要
50 健康栄養相談	6/ 7 (金) 7/ 5 (金)	9:00~11:30	保健センター	管理栄養士・保健師による相談。偶数月は歯科衛生士による相談も有り。 申込 予約制
50 栄養指導	6/14 (金) 7/ 4 (木)	10:00~11:30 (※)	6月:大久野老人福祉センター 7月:平井・生涯青春ふれあい総合福祉センター	6月『フレイル予防』/7月『胃腸に優しい食事』 管理栄養士の講話・試食 申込 予約不要

♪運動【各専門の講師による運動】(費用無料)

事業名	期日	時間	会場	申込など
50 スクエアステップ	6/13 (木)	10:00~11:30 (※)	平井・生涯青春ふれあい総合福祉センター	リズムに合わせてステップしながら歩く脳トレ 申込 予約不要 講師 敦使河原麻美氏
50 ヨガ教室	6/17 (月)	10:00 ~ 11:30	保健センター	申込 予約不要 講師 NPO ヨガ協会インストラクター
50 中国体操	6/ 3 (月)			申込 予約不要 講師 敦使河原麻美氏
50 水中歩行教室	毎週月・水曜日	14:00 ~ 15:30 (※)	平井・生涯青春ふれあい総合福祉センター	申込 要予約(当日正午まで厳守)ふれあいセンター直接・電話申し込み (☎ 042-597-4040) 各定員 12人(男性限定:10人) 講師 大澤弘子氏 持物 水着、水泳帽、タオル、飲物
50 男性限定水中歩行教室	6/10 (月)			

学習・栄養・運動の対象: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

50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

広報からの
お知らせ

~広報「日の出」いつもご覧頂きありがとうございます~

表紙や記事に、あなたが写っていたら連絡をください。
ご希望の方にその写真を差し上げます!



日の出町
いきいきキャラクター
ひのでちゃん

■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