



いきいき健康情報!!

問 保健センター 内線 505

♪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	
母子相談事業	12/ 6 (金) 1/ 8 (水)	9:30 ~ 11:30	申込 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	12/ 5 (木) 1/ 9 (木)	9:00 ~ 10:15	申込 電話予約 ※対象者の事前通知有	
5歳児歯科健診	12/19 (木)	9:00 ~ 10:15	対象者の事前通知有	
1歳6か月児健診	12/13 (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	12/20 (金)	13:00 ~ 13:15	申込 不要 持物 受診票	
離乳食教室	12/10 (火) 1/14 (火)	9:45 ~ 11:30	調理実習(野菜スープの作り方など)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
 健康栄養相談	12/ 6 (金) 1/ 8 (水)	9:00 ~ 11:30	保健センター	管理栄養士・保健師による相談。歯科衛生士は偶数月 申込 予約制
 栄養指導	12/13 (金)	10:00 ~ 11:20 (※)	大久野老人福祉センター	テーマ:「高血糖を防ぐ」 管理栄養士の講話・試食 申込 不要
 健康教育	12/19 (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 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
 中国体操	12/ 2 (月)	10:00 ~ 11:30	保健センター	申込 不要 講師 敕使河原麻美氏
 スクエアステップ	12/12 (木) 1/ 9 (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 不要 講師 敕使河原麻美氏
 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) 各定員 12人(男性限定:10人)ふれあいセンター直接・電話申込(☎042-597-4040) 講師 大澤弘子氏 持物 水着、水泳帽、タオル、飲物
 男性限定水中歩行教室	12/ 4 (水) (※)	(※)	平井・生涯青春ふれあい総合福祉センター	

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、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

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
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。

今年は10月に発生した台風19号により都道184号が崩落するなど大きな被害が発生し、自然災害の恐ろしさを再認識させられる年となりました。

町ではホームページ・お知らせメール・ツイッターといったツールを活用し、町民の皆さまに情報発信を行っています。特に自然災害発生時にはこれらのツールによる迅速な情報発信が、大切であると考えております。今後もより迅速で分かりやすい情報発信に努めてまいりますので、ぜひ、メールの登録・ツイッターのフォローをお願いします。操作方法がわからない場合は、お気軽に広聴広報係までお問い合わせください。

来年も町民の皆さまに親んでもらえる広報紙づくりに努めてまいります。風邪などひかないように、うがいや手洗いを実践し予防を心がけ、健やかに新年をお迎えください。1年間ありがとうございました。

問 総務課 広聴広報係 内線 306