



いきいき健康情報!!

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	会場	申込など
母子相談事業	4/ 3(金) 5/ 1(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	4/ 2(木) 5/ 7(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	4/16(木)	9:00 ~ 10:15		対象者の事前通知有 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▼
1歳6か月児健診	4/10(金)	13:00 ~ 13:15		対象者の事前通知有
6~7か月児・ 9~10か月児健康診査	4/24(金)	13:00 ~ 13:15		申込 予約不要 持物 受診票、母子手帳、バスタオル1枚
離乳食教室	4/ 7(火) 5/12(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



♪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	4/16(木)	13:30 ~ 15:00	大久野老人福祉センター	保健師・看護師による健康相談、健康学習、健康体操 申込 予約不要
50 健康栄養相談	4/ 3(金) 5/ 1(金)	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

♪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	5/14(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 敕使河原 麻美氏
50 リフレッシュ体操	4/23(木)	9:30 ~ 11:30	保健センター	健康学習。血圧測定健康相談、講師によるバランスボール、リズム体操、リラクゼーション。 申込 予約不要 講師 敕使河原 麻美氏
50 水中歩教室	4/13以降の毎週月・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(☎597-4040) 講師 大澤 弘子氏
50 男性限定水中歩教室	4/22(水)			持物 水着、水泳帽、タオル、飲物



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」いつもご覧いただ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!



日の出町イメージキャラクター 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、撮影されたくない場合などは、撮影している職員までお申し出ください。

3月は新型コロナウイルスの脅威が世界中に拡散する月となってしまいました。私自身も今まで以上にうがい、手洗いなどの感染症予防に気をつけるようになりましたが、新型コロナウイルス感染拡大の収束が見通しが立たない状況のなか、目に見えることのないウイルスの恐ろしさを日々、感じています。

新型コロナウイルスに関連する情報は日々、更新されており、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、町民の皆様へ最新の情報をお伝えしています。

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、お知らせメールの登録・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(内線306)までお問い合わせください。

問 総務課 広聴広報係 内線 306