



問 保健センター ☎ 042(588)5426

*マスクを着用してお越しください。また、当日自宅で検温し、体調不良時はご連絡ください。



♪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	1/6 (水) 2/5 (金)	9:30~11:30	申込 予約制	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	1/7 (木) 2/4 (木)	9:00~10:15	申込 予約制	※対象者の事前通知有
3歳児健康診査	1/8 (金)	13:00~13:15	申込 予約不要	※対象者の事前通知有 / 時間は対象者に通知済
3歳児歯科フッ化物塗布	1/14 (木)	9:00~10:45	申込	※3歳児健康診査時に予約
3・4か月児健康診査 産婦健康診査	1/15 (金)	13:00~13:15	申込 予約不要	※対象者の事前通知有 時間は対象者に通知済
6~7・9~10か月児健康診査	1/22 (金)	13:00~13:15	申込 予約制	持物 受診票、母子手帳、バスタオル1枚など
50 両親学級 (休日) 沐浴実習・赤ちゃんのお世話の方法・妊娠中の食事	1/24 (日)	9:30~11:30	申込 予約制	
50 両親学級平日クラス 妊婦歯科健診・歯科医師・歯科衛生士の講義	1/28 (木)	13:00~13:15 13:30~15:30	申込 予約制	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▶
50 両親学級平日クラス 助産師の講義 (出産の経過・妊娠中の過ごし方・母乳育児)	2/2 (火)	13:30~15:30	申込 予約制	
離乳食教室	1/12 (火) 2/9 (火)	9:45~11:30	申込 予約制	持物 母子手帳、エプロン、三角巾、バスタオル1枚など

▲妊婦歯科健診及び両親学級の詳細は、こちらから日の出町HPにアクセスし、ご確認ください

♪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	日にち	時間	会場	申込など
50 健康栄養相談	1/6 (水) 2/5 (金)	9:00~11:30	保健センター	管理栄養士・保健師による相談。2月は歯科衛生士による相談あり。 申込 予約制 持物 スリッパ

♪運動【各専門の講師による運動】(費用無料)

事業名	日にち	時間	会場	申込など
50 スクエアステップ	1/14 (木)	10:00~11:00 (※)	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 予約制 定員 10人 講師 敕使河原麻美氏
50 リフレッシュ体操	1/21 (木)	10:00~11:00 (※)	大久野老人福祉センター	呼吸で氣・血の流れをよくする気功。五臓六腑を元気にし、免疫力のアップをはかります。 申込 予約制 定員 7人 講師 岩尾悦子氏
50 水中歩教室	1/13 (水) 1/18 (月) 1/25 (月) 1/27 (水)	14:00~15:00 (※)	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・電話申込 (☎042-597-4040)
50 男性限定水中歩教室	1/20 (水)	14:00~15:00 (※)	ふれあい総合福祉センター	定員 6人 講師 大澤弘子氏 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、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!

■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。



■広報日の出1月号に掲載している情報は12月22日時点のものです。今後、新型コロナウイルスの影響により、中止となる場合や、日程・内容が変更となる可能性があります。最新情報は町ホームページなどでお知らせしますので、ご確認ください。

問 総務課 広聴広報係 ☎ 042(588)4116