いきいき健康情報!!

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	2/5（金） 3/5（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	2/4（木） 3/4（木）	9:00～10:15	**申込** 予約制 ※対象者の事前通知有
5歳児歯科健診	2/18（木）	9:00～10:15	**申込** 予約制 ※対象者の事前通知有
1歳6か月児健診	2/12（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	2/26（金）	13:00～13:15	**申込** 予約制 **持物** 母子手帳、受診票、バスタオル1枚 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	2/9（火） 3/9（火）	9:45～11:30	**調理実習（野菜スープの作り方等）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

♪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	2/5（金） 3/5（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月は歯科衛生士にも相談できます。 **申込** 予約制 **持物** スリッパ
50 栄養指導	2/16（火）	10:00～11:00（※）	本宿老人福祉センター	テーマ「糖尿病を防ぐ」 管理栄養士の講話 **申込** 予約制 **定員** 10人

♪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 中国体操	2/8（月）	10:00～11:00	保健センター	**申込** 予約制 **定員** 15人 **講師** 敕使河原麻美 氏 **持物** スリッパ
50 水中歩行教室	毎週月・水曜日（2/1、3は中止）	14:00～15:00（※）	平井・生涯青春ふれあい総合福祉センター	**申込** 予約制（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） **定員** 6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	2/17（水）	14:00～15:00（※）		

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、事前の検温、マスク
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

休日・祝日の医療機関

※診療時間は全て午前9時～午後5時。 ※歯科診療は、お問い合わせのうえ受診してください。
※診療は急患に限り診療し、往診はいたしません。

祝日診療

開設日	医療機関名	所在地	電話番号
2月11日(木)	日の出ヶ丘病院	日の出町大久野310番地	042（597）0811
2月23日(火)	馬場内科クリニック	日の出町大久野1062番地1	042（597）0550

休日・祝日歯科診療

2月7日(日)	荒木歯科医院	福生市牛浜130	042（551）3243
2月11日(木)	吉成歯科医院	福生市熊川1396 塩野ビル2F	042（553）5538
2月14日(日)	ふみ歯科診療所	福生市熊川798－2 第7森田ビル1F	042（551）7288
2月21日(日)	せきぐち歯科	福生市熊川449	042（551）5456
2月23日(火)	エビナ歯科	福生市福生1059	042（551）8241
2月28日(日)	片岡歯科医院	福生市本町44	042（551）0353

2月の総合相談の開設日

2月10日（水）午後1時～4時 役場3階 第3会議室（要予約）

問 町民課 窓口サービス係 ☎042(588)4108

〒190-0192（個別郵便番号）東京都西多摩郡日の出町平井2780 TEL 042（597）0511（代） FAX 042（597）4369
日の出町ホームページ http://www.town.hinode.tokyo.jp/ メールアドレス info@town.hinode.tokyo.jp