



\*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。

問 保健センター ☎ 042(588)5426

♪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	申込など
母子相談事業	10/ 1(金)	9:30~11:30	申込 予約制	
乳幼児歯科相談	10/ 7(木)	9:00~10:15	申込 予約制	※対象者の事前通知有
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)	10/ 7(木)	13:30~15:30	申込 予約制 持物 筆記用具・飲物	※1名での参加可能
1歳6か月児健診	10/ 8(金)	13:00~13:15	申込 予約不要	※対象者の事前通知有
離乳食教室	10/12(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 エプロン等	
5歳児歯科健診	10/21(木)	9:00~10:15	申込 予約制	※対象者の事前通知有

▶健康の詳細はこちらよりアクセスください。



▶両親学級の詳細



♪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	申込など
50 健康栄養相談	① 10/1(金) ② 11/5(金)	9:00~11:00	保健センター	申込 予約制	管理栄養士・保健師(10月は歯科衛生士も)による相談
役場庁舎ロビー相談	10/ 5(火)	9:30~11:30	本庁舎ロビー	申込 予約不要	
50 栄養指導 『食べ物からアンチエイジング』	10/ 7(木)	10:00~11:00	平井・生涯青春ふれあい総合福祉センター	申込 予約制	テーマ:「フレイル予防」 管理栄養士の講話 定員 10人(おおむね60歳以上対象)
50 健康教育	10/21(木)	13:30~14:30	大久野老人福祉センター	申込 予約制	保健師による健康の学習 定員 7人(おおむね60歳以上対象)

▶離乳食教室の詳細



♪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	申込など
50 スクエアステップ	10/14(木)	10:00~11:00	平井・生涯青春ふれあい総合福祉センター	申込 予約制	リズムに合わせてステップしながら歩く脳トレ 講師 敕使河原麻美氏 定員 10人(おおむね60歳以上対象)
50 ヨガ教室	10/27(水)	10:00~11:00	保健センター	申込 予約制	講師 NPO ヨガ協会インストラクター 定員 15人(おおむね40歳以上対象) 持物 スリッパ
50 水中歩行教室	毎週月・水曜日	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 各定員 6人(おおむね60歳以上対象) 講師 岡友紀氏 持物 水着、水泳帽、タオル、飲物
50 男性限定水中歩行教室	10/ 4(月) 10/20(水)				

持物: 運動できる服装、タオル、飲物 ※水中歩行教室は加えて水着、水泳帽

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。



日の出町 ひのでちゃん

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!

広報日の出9月号で大久野中学校のソフトテニス部の活躍の記事にさせていただいてから、日の出町内の子ども達が、コロナ禍でも様々な分野で活躍しているという情報を多数いただきました。

その中の一つとして、「東京都小学生ソフトテニス研修大会」で松本知夏さんが、6位入賞で関東大会に出場、下田百花さんが、3位入賞で全国大会への出場権を獲得したという嬉しいニュースもお寄せいただきました。

コロナ禍で様々なイベントが中止となり寂しさを感じる毎日ではありますが、我が町の子どもの活躍にとっても勇気づけられます。日の出町は皆さんの活躍をこれからも応援しています!



松本知夏さん(本宿小6年生)



下田百花さん(平井小4年生)

問 総務課 広聴広報係 ☎ 042(588)4116