

# いきいき健康情報!!

\*マスクを着用してお越しください。  
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 など
乳幼児歯科相談	8/ 4 (木)	9:00 ~ 10:15	申込 予約制 ※対象者の事前通知有
母子相談事業	8/ 5 (金)	9:45 ~ 11:30	申込 予約制
1歳6カ月児健康診査	8/12 (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(初期)調理実習 (野菜スープの作り方等)	8/16 (火)	9:45 ~ 11:30	申込 予約制 持物 エプロンなど ★保育士による手遊びの紹介もあります!
5歳児歯科健診	8/18 (木)	9:00 ~ 10:15	対象者の事前通知有



◀健診の詳細は、こちらからアクセスしご確認ください



◀離乳食教室の詳細

## ♪健康全般に関する学習・体操など(費用無料) 予約制

事業名	期日	時間	会場	申込 など
50 栄養指導 『食べ物からアンチエイジング』	9/ 7 (水)	10:00 ~ 11:00 (※)	平井・生涯青春ふれあい総合福祉センター	テーマ:「タンパク質はとっても大事です! ~肉や魚を食べましょう~」管理栄養士による栄養のお話とレシピの紹介。 申込 予約制 定員 10人
50 健康栄養相談	8/ 5 (金) 9/ 2 (金)	9:00 ~ 11:30	保健センター	管理栄養士・保健師による個別相談。 申込 予約制

## ♪運動【各専門の講師による運動】(費用無料) 予約制

事業名	期日	時間	会場	申込 など
50 リフレッシュ体操 申込は8/3(水)~	9/ 1 (木)	10:00 ~ 11:00 (※)	大久野老人福祉センター	呼吸で気・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 10人 講師 岩尾悦子氏
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(男性限定:6人) 講師 岡友紀氏 持物 水着・水泳帽・タオル・飲物・マスク
50 男性限定水中歩行教室	8/3・31(水)			



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…事前に体温測定をしてから来てください。 持物:運動できる服装でタオル・飲物・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

~新型コロナウイルス感染症に係る予防接種の開始に伴い 事業が変更や中止される可能性があります~

(有料広告)

## 歯科 / 小児歯科 / 矯正歯科 / 歯科口腔外科

イオンモール日の出すぐ隣の歯科医院です。外来診療はもちろん、外来に通うことが難しい方へ「訪問診療」も行っています。

お口のことでお困りのことがございましたらまずはお気軽にお電話ください。

○土日外来診療

○訪問歯科

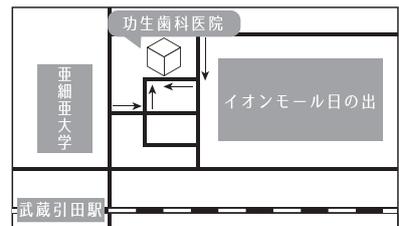
○駐車場完備

○バリアフリー

### 功生歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00~13:00	●	●	●	●	●	▲	▲	休
14:30~19:30	●	●	●	●	●	▲	▲	休
9:00~18:30 (訪問)	●	●	●	●	●	●	●	休 休

▲9:00~13:00,14:30~18:30



医療法人社団 周雅会  
**功生歯科医院**  
 KOUSEI DENTAL CLINIC  
 東京都西多摩郡日の出町平井239-7  
 ☎ 0120-318-052