



## 野菜を好きになる 料理教室

野菜を使った料理を作ります。  
親子で楽しく料理をしてみませんか？

- 期日 11月8日⑩
- 時間 9:30～13:00
- 場所 保健センター
- 対象 年長児(平成26年4月2日～平成27年4月1日生まれの子ども)と保護者
- 定員 先着10組



申込期間

10月19日⑨～10月21日⑪

注意事項

対象者のみの参加となります。  
その他の家族の参加はご遠慮ください。

ポイント対象事業

## からだ引き締め講座



健康な体づくりにチャレンジしてみませんか？  
運動指導士、保健師、管理栄養士がサポートします。

- 期日 10月28日～12月23日の毎週水曜日(11月4日を除く)、計8回
- 時間 13:30～14:30
- 場所 保健センター
- 対象 40～74歳の町国保加入者で、運動制限のない人  
※特定健診を受診した人、メタボリックシンドローム、予備軍の人が優先されます。



定員 10人

申込締切

10月16日⑤



最終日に参加賞をプレゼント!

申し込み・問い合わせ先

健康子育て課 健康づくり室 ☎54-7744(直通)

※電話でお申し込みください。(受け付けは月曜日から金曜日の9:00～17:00)

## 11月 保健センター健康ガイド

※やむを得ず日程が変更になる場合は、町ホームページなどでお知らせします。  
あわせてご覧ください。なお、10月の予定は広報9月号9ページをご覧ください。

内容	日時	対象者	摘要
3歳児健診	6日⑤受付13:00～	平成29年8月生まれ	詳細は通知をご覧ください。
土日開催	健康相談	8日⑩・21日⑩ 10:00～11:30、13:00～15:00	健康相談のある人 相談内容:子育て・健康管理・その他健康に関すること 相談員:保健師
	母子手帳交付	※21日⑩午前は 遊びに利用できません。	妊婦 妊娠届出書を持参してください。
1歳6カ月児健診	10日⑩受付13:00～	平成31年4月生まれ	詳細は通知をご覧ください。
運動発達の相談 (作業療法士)	10日⑩ 13:30～16:30	子どもの運動発達の面で アドバイスが欲しい人	相談内容:子どもの運動発達に関すること(いざり・ハイハイしない・お座りができないなど) 相談員:作業療法士 ④健康づくり室に電話で事前予約をしてください。
母乳相談	12日⑩受付 9:30～	乳幼児と親または家族	持ち物:母子手帳 相談員:助産師・栄養士・保健師 相談内容:授乳(乳房トラブル)、離乳食のことなど ④健康づくり室に電話で事前予約をしてください。 (10月29日⑩から受け付け開始)。
子育て相談会	13日⑤ 10:00～12:00 27日⑤ 14:00～16:00	子育てに関して相談のある人	相談内容:子どもの発達や子育てに関すること 相談員:心理士(または保健師) ④来所相談を希望する人は健康づくり室に電話で事前予約をしてください。
助産師相談会	17日⑩ 9:00～12:00	妊婦・産婦	相談内容:妊娠に関すること、授乳などで悩んでいること 相談員:助産師
2歳児歯科健診	18日⑩受付13:00～	平成30年9月1日～ 10月15日生まれ	詳細は通知をご覧ください。
ことばの相談	18日⑩ 14:00～16:00	子どものことばの面で アドバイスが欲しい人	相談内容:子どものことばに関すること (発音・ことばの数が少ないなど) 相談員:言語聴覚士 ④健康づくり室に電話で事前予約をしてください。

★育児・介護・医療でお困りの人は「よしおか健康 No.1 ダイヤル 24」 ☎0120-026-103 へ! (年中無休・通話無料)