



# 健康

■保健センター内  
健康づくり室  
☎54-7744

## 母子保健推進員さんを 紹介します

平成21年4月1日から2年間、健診や通知の配布など母子保健事業でお手伝いいただき母子保健推進員さんが決まりました。

小さいお子さんのいるご家庭にお伺いします。

気軽に声をかけてください。

母子保健推進員さんの活動

- ・ 乳児質問票の回収
- ・ 第2子以降のお子さんのごとこへ伺います。
- ・ 3歳児健診の通知配布
- ・ 乳幼児健診のお手伝い
- ・ その他、保健事業についての相談役などです。



母子保健推進員名簿（任期平成21年4月1日～平成23年3月31日）

【小倉】 堤秀子、小林シズエ  
【上野田】 星野恵美子、大曾根愛、桑原京子  
【上野原】 青木シゲ子、中澤久子  
【下野田】 南雲久子、宗形亜矢子、武藤和美、茂木喜久子、萩原トシ子、中島千草

【北下】 中市宣代、高橋とし江、小林ヒサ子

【南下】 田中美代子、近藤忍、大谷一枝  
【陣場】 岡田ひとみ  
【大久保寺下】 今井庄子、田中富子  
【大久保寺上】 中島みつ子、笠井順子、内田京子  
【溝祭】 石井洋子、小材きよみ、大武ふじみ  
【駒寄】 今成洋子、伊藤三枝子  
【漆原西】 桂麻奈美、青木文子  
【漆原東】 榎本美恵子、栗田秀子

## 参加者募集♪

### 親子の料理教室

吉岡町食生活改善推進員（若草会）では、「親子の料理教室」を開催します。

夏休みのひとときを親子で楽しくお料理してみませんか。料理のあとは、みんなでゲームをして遊びましょう！

- ▼期日 7月11日（土）
- ▼時間 午前10時～午後1時30分
- ▼場所 保健センター調理室
- ▼定員 先着15組
- ▼内容 調理実習と試食

- ▼対象者 小学生とその保護者
- ▼参加費 大人300円  
子供200円
- ▼持ち物 エプロン・三角巾（低学年の子どもはうわばき持参）
- ▼申込方法 保健センターへ電話でお申込みください。
- ▼申込受付期間 6月22日（月）～26日（金）
- ▼申込・問合せ先 保健センター ☎54-7744



### 健康からだケア教室

日頃運動不足が気になる人を対象に、次のとおり健康教室を開催します。

夏に向けて、引き締まった体づくりに挑戦してみませんか？お気軽にお申込みください。

- ▼対象者 40～64歳までの運動制限のない人
- ▼期日 7月16日（木）～9月3日（木）の毎週木曜日
- ▼時間 午後3時20分～4時30分
- ▼場所 保健センター
- ▼内容 バランスボールを使った脂肪を燃焼させる有酸素運動と、筋肉をひきしめる運動。
- ▼定員 15人
- ▼申込方法 保健センターへ電話でお申込みください。
- ▼申込受付期間 6月29日（月）～7月2日（木）
- ▼申込・問合せ先 保健センター ☎54-7744



# 7月の健康ガイド

内容	日時	場所	対象者	摘要
1歳6カ月児健診	7月1日(水) 受付 午後1:00~1:30	保健センター	平成19年12月、平成20年1月生まれ	持ち物：母子手帳 記入済みの健診アンケート (すこやか手帳内) 歯ブラシ
子育て教室	7月7日(火) 受付 午前10:00~10:15	保健センター	平成20年10月、11月生まれ	親子で手遊びや歌遊びを楽しみながら、お母さんの仲間作り 申込みは不要 持ち物：母子手帳
マタニティー学級	7月9日(木) 時間 午前10:00~午後4:30	保健センター	分娩予定日が平成21年10月~平成22年1月の妊婦とその家族	受講希望者は、電話で7日前までにお申込みください ご都合がございましたら、両学級ともセットでご参加ください
パパ・ママ学級	7月12日(日) 時間 午後1:30~4:30			
《土日開催》 健康相談 母子手帳交付 (保健センター開放日)	7月12日(日) 25日(土) 時間 午前 9:30~11:00 午後 1:00~ 4:00	保健センター	健康相談のある人 母子手帳の交付：妊婦 保健センターで遊びたい人	健康相談内容：子育てに関すること 健康管理に関すること (身体計測、尿検査、血圧測定など) その他健康に関すること 相談員：保健師・栄養士・看護師 母子手帳の交付：妊娠届出書が必要 保健センターの開放日です。遊びにもご利用ください (利用時間→午前9時~午後5時)
乳児健診	7月14日(火) 受付 午後1:00~1:30	保健センター	3~4カ月児 平成21年3月生まれ 10~11カ月児 平成20年8月生まれ	持ち物：母子手帳、記入済みの健診アンケート (すこやか手帳内) 歯ブラシ (10~11カ月児)
わくわくあそび	7月21日(火) 時間 午前10:00~11:00	保健センター	1歳6カ月~未就学児と保護者	就学前に必要な集団遊びやリズム遊びをします 申込みは不要、10時までに集合してください
母乳相談	7月23日(木) 受付 午前9:30~10:00	保健センター	乳幼児と親、または家族	相談内容：助産師による母乳に関する相談、乳房マッサージ、家族計画となります 持ち物：母子手帳、タオル3枚 身長・体重測定もできます

図書館 ●休館日 6/8(月)・15(月)・22(月)・25(木)・29(月)・7/6(日)

## お知らせ

**わらべの会の読み聞かせ** パネルシアター  
毎週土曜日 午後2時~ 6月10日・24日(水)  
午前10時~/午前10時30分~

<http://www.library.yoshioka.gunma.jp/>



# 図書館

Library

■吉岡町図書館  
(文化センター内)  
☎54-6767

### 一般書



東野圭吾



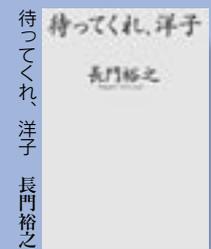
山本一力



藤堂志津子



勝間和代



長門裕之

### 児童書



佐野洋子



作/神沢利子・絵/久本直子



デイジー・メドウス



監修/石川英輔



作・絵/まつおかたつひで

### DVD・CD



犬と私の10の約束



ミュージカル 南十字星



ドラえもん のび太の恐竜



レミオベスト  
レミオロメン



ベストオブ・アースワインド&ファイアー vol1  
アースワインド&ファイアー