



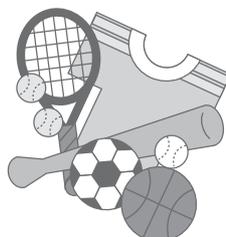
## よしおか健康No.1プロジェクト「食育講演会」

# 食事で勝てるカラダをつくる！ ～競技力向上のためのスポーツ栄養～

リオデジャネイロオリンピックで大活躍した卓球選手の食事を支えた公認スポーツ栄養士の木村典代先生による食の講演会を行います。

期日 ● 12月1日(土)  
時間 ● 開場 13:30 開演 14:00(60分)  
場所 ● 吉岡町文化センター 研修室(2階)

入場無料ですが、整理券が必要です。  
(定員100名)  
整理券は11月12日(月)から  
保健センター窓口で配布します。



スポーツをしている中高生やそのサポートをしている人へ



木村 典代 先生

### 【講師プロフィール】

高崎健康福祉大学 健康福祉学部 健康栄養学科教授  
管理栄養士、健康運動指導士、公認スポーツ栄養士  
スポーツと栄養学に関する研究などを進めている。

問い合わせ先 ● 保健センター  
☎54-7744(直通)

## 12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、11月の予定は広報10月号10ページをご覧ください。

内容	日時	対象者	摘要
土日開催	健康相談 2日(土)・15日(土) 10:00~11:30、13:00~15:00 ※2日(土)、15日(土)は 遊びに利用できません。	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	妊婦	妊娠届出書を持参してください。
	パパ・ママ学級	2日(土) 13:00~16:30	分娩予定日が平成31年4月~ 6月の妊婦とその家族
1歳6カ月児健診	4日(金)受付13:00~13:15	平成29年5月生まれ	詳細は通知をご覧ください。
2歳児歯科健診	5日(土)受付13:00~13:15	平成28年10月16日~ 11月30日生まれ	詳細は通知をご覧ください。
ことばの相談	5日(土) 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 ③保健センターに電話で事前予約をしてください。
3歳児健診	7日(日)受付13:00~13:15	平成27年9月生まれ	詳細は通知をご覧ください。
子育て相談会	7日(日) 10:00~12:00 20日(土) 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保健センターに電話で事前予約をしてください。
障害福祉 なんでも相談室	10日(月) 13:00~17:00 (15~17時は手話通訳者設置)	障害のある人とその家族	相談内容：サービスを使いたい、仕事がしたい、悩みご とがあるなどなんでもご相談ください。
3~4カ月児健診	11日(金)受付13:00~13:15	平成30年7月16日~ 8月31日生まれ	詳細は通知をご覧ください。
10~11カ月児健診	13日(土)受付13:00~13:15	平成29年12月16日~ 平成30年1月31日生まれ	詳細は通知をご覧ください。
運動発達の相談 (作業療法士)	13日(土) 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 ⑤保健センターに電話で事前予約をしてください。
母乳相談	20日(土) 受付 9:30~10:00	乳幼児と親または家族	相談内容：授乳(乳房トラブル)、 離乳食のことなど 相談員：助産師・栄養士・保健師 母子手帳を持参してください。
わくわくあそび	26日(土) ♪必ず10時までに集合	1歳6カ月~未就学児と保護者	集団遊びやリズム遊びをします。 ⑥生涯学習室 ☎54-1054(直通)

申込  
不要

申込  
不要

★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)