

ほけん

わくわくハッピー教室

期日 11月9日(火)
時間 午前9時30分～11時30分
場所 子育て支援センター
対象 よちよち歩きができる幼児
定員 10組
内容 サークット遊び
持ち物 母子健康手帳、水筒(水またはお茶)
申込み 健康こども課健康づくり担当
 ☎62・12888

1歳6か月児健康診査

期日 11月18日(木)
受付 午後1時～1時30分
場所 総合センター
対象 令和2年1月・2月生まれ
内容 問診、身体測定、医師の診察(内科・歯科)、育児相談、歯科・栄養相談、心理・言葉の相談(希望者)
持ち物 母子健康手帳、問診票、バスタオル
問合せ 健康こども課健康づくり担当
 ☎62・12888



明星子育て支援センター (きらきらクラブ)

期日 毎週月～金曜日
時間 午前9時～正午、午後1時～3時
場所 子育て支援センター
対象 秩父郡市内にお住まいの未就園の乳幼児
定員 10組
内容 水筒(水またはお茶)、着替え、オムツなど
持ち物 ※動きやすい服装でお越しください。
申込み 【赤ちゃんデー】

乳児健康診査

期日 11月30日(火)
受付 午後1時～1時30分
場所 総合センター
対象 令和2年12月生まれ、令和3年6月生まれ
内容 医師の診察、育児相談、運動発達相談、栄養相談
持ち物 母子健康手帳、問診票、バスタオル
問合せ 健康こども課健康づくり担当
 ☎62・12888

ふくし

ひきこもり家族ミーティング

ご家族同士で情報共有し、家庭内の課題についていっしょに考えます。
期日 11月17日(水)
時間 午後1時30分～3時
場所 秩父保健所
申込み 県秩父保健所保健予防推進担当
 ☎22・3824

介護者のつどい

介護者が健康でいられるように、仲間づくりをしませんか。
 お気軽にご参加ください。
期日 11月22日(月)
時間 午前9時30分～11時
場所 マレットゴルフ場
対象 介護をしているかた
内容 マレットゴルフ
持ち物 飲み物、タオル、帽子
参加費 ※運動のできる服装でご参加ください。
 300円(当日集金します)
定員 10人(申込順)
申込み 11月17日(水)まで
 地域包括支援センター
 ☎63・11222

太陽の広場

心の不調を抱えながら、町で生活しているかたがたの交流の場です。
 お気軽にご参加ください。
期日 11月29日(月)
時間 午前10時～11時30分
場所 総合センター
内容 ハーバリウムづくり
申込み 健康こども課健康づくり担当
 ☎62・12888

らくらく健康塾

一人ひとりの体力に合わせた楽しい健康体操を行います。
 心と体を動かしていっしょに心地よい汗を流しましょう。
期日 12月24日(金)～
 令和4年2月25日(金)
 毎週金曜日(全8回)
 ※12月31日(金)、令和4年2月11日(金)はお休み
時間 午後1時30分～2時30分
場所 総合センター
対象 65歳以上
内容 ストレッチ、自宅でもできる健康体操
定員 10人(新規者優先)
参加費 無料
持ち物 動きやすい服装、運動用シューズ、水など
申込み 11月9日(火)～17日(水)
 地域包括支援センター
 ☎63・11222

