


事業名	内容・対象者	期 日	場 所	その他
1歳6か月児健康診査	内 問診、身体測定、医師の診察、育児相談など 対 令和3年7月生まれ 令和3年8月生まれ	5月19日(金)	総合センター	時 午後1時10分～1時25分(受付) 持 母子健康手帳、問診票、バスタオル
乳児健康診査	内 医師の診察、育児相談など 対 令和4年6月生まれ 令和4年12月生まれ	5月19日(金)	総合センター	時 午後1時～1時15分(受付) 持 母子健康手帳、問診票、バスタオル
子育て支援センター きらきらクラブ	内 遊び、体操、読み聞かせ、保育士への育児相談など 対 秩父郡市内にお住まいの未就園の乳幼児 ※動きやすい服装でお越しください。	毎週月～金	子育て支援センター	時 午前9時～正午 / 午後1時～3時 持 水筒(水またはお茶)、着替え、オムツなど 定 各回10組程度 詳しくはこちらへ→ きらきらクラブホームページ 
	【赤ちゃんデー】 内 ふれあい遊びなど 対 ハイハイまでの赤ちゃん	5月22日(月)		時 午前9時30分～11時30分 持 バスタオル、飲み物 定 10組(要予約) 申 明星子育て支援センター ☎62-2414
	【きらきら計測】 内 身体測定、育児相談など 対 乳幼児	5月15日(月) 6月5日(月)		時 午前10時～10時30分 持 母子健康手帳

■らくらく健康塾(元気アップコース)

期 6月2日(金)～9月1日(金)
 毎週金曜日(全10回)
 ※6月16日(金)、7月21日(金)、
 8月11日(金)、18日(金)はお休み

時 午後1時30分～3時
場 総合センター
対 65歳以上のかた
定 15人(新規者優先)
費 無料 **申** 5月1日(月)～10日(水)

■介護者のつどい

期 5月22日(月)
時 午前10時～11時30分
場 総合センター
対 介護をしているかた
 (終えたかたも大歓迎)
内 ぬり絵をしながらの自由懇談
定 10人
申 5月18日(木)まで

■自宅でできる健康教室始めます！

①肩こり腰痛予防教室

期 6月～9月の第2・4金曜日(全8回)
 ※以下、①・②共通

時 午後7時～8時
場 ふれあいプール・ホット
講 平沼 淳史氏(フィットネスジム「B-NICE(ビーナイス)」の代表者)

②初心者体幹トレーニング

期 6月～9月の第1・3土曜日(全8回)

定 10人(申込順)
費 800円(保険料)
申 5月12日(金)～26日(金) 午後1時～7時 ※休館日を除く。
 ※申し込みは①②どちらか一方で、4月から開催のストレッチ教室に参加したかたは対象外です。