

らくらく健康塾(パワーアップコース)

期日	4月12日(金)～6月21日(金) 毎週金曜日・全10回 ※5月3日(金)はお休み	対象	65歳以上のかた
時間	午前10時～11時30分	内容	筋トレ、ストレッチ
場所	総合センター	定員	20人(新規者優先)
		費用	無料
		申込み	3月8日(金)まで

★パワーアップコース
立位中心のコースです。体力向上のため、筋トレやストレッチを中心にウォーキングなども実施します。

公民館事業

高齢者学級 新規受講生募集

受講生同士の親睦を図るとともに、学習課題を設定し、講座・研修会を実施します。令和6年度は、栃木県方面への研修旅行、体力測定など各種講座を予定しています。

期日	4月～令和7年3月の月1回程度(全10回)
対象	町在住の60歳以上のかた
費用	1,000円
申込み	3月29日(金)までに参加費を添えて総合センター

図書室がリニューアル!

3月から利便性向上のためバーコードを使用したシステムが導入され、これまでより貸出手続きなどがスムーズになりました。また、図書室内の様態替えも行なったので、この機会にぜひご利用ください。詳しくは広報3月号といっしょに配付する図書室だよりもご覧ください。

母子保健事業

場所	事業名	日時	内容/対象者	持ち物など
総合センター	2歳児 すくすく相談	3月7日(木) 受付 午前9時～9時30分	対象 令和3年11月～令和4年1月生まれ	母子健康手帳、問診票
	1歳6か月児 健康診査	3月15日(金) 受付 午後1時～1時15分	対象 令和4年5月～6月生まれ	母子健康手帳、問診票、バスタオル
	乳児 健康診査	3月15日(金) 受付 午後1時10分～1時25分	対象 令和5年4月生まれ 令和5年10月生まれ	母子健康手帳、問診票、バスタオル
子育て支援センター	子育て支援センター きらきらクラブ	月曜日～金曜日 午前9時～正午 午後1時～3時 ※3月27日(水) ～4月5日(金)はお休み	遊び、体操、読み聞かせ、保育士への育児相談など 対象 未就園の乳幼児の親子 ※動きやすい服装でお越しください。 定員 各回10組程度	水筒(水またはお茶)、着替え、オムツなど 詳しくはこちら→ きらきらクラブ ホームページ 
		3月11日(月) 受付 午前9時30分～11時30分	【赤ちゃんデー】 ふれあい遊びなど 対象 ハイハイまでの赤ちゃん 定員 10組程度 ※要予約	バスタオル、飲み物 申込み 明星子育て支援センター ☎62-2414