



●10月の肺がん集団検診

Table with columns: 10月, 会場, 受付時間. Lists screening dates and locations like 中地区コミュニティセンター.

持受診券(切り取らずにお持ちください)、健康保険証、肺がん検診個人記録票

●健康相談

Table with columns: 10月, 会場, 受付時間. Lists health consultation dates and locations.

健康診断の結果、健康手帳のある人はお持ちください。

申3日(火)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)、17日(火)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)

●健康ミニ講座(運動編)

回10月3日(火)午後1時~2時30分 場石山地域保健福祉センター

●妊婦歯科健診

Table with columns: 10月, 会場, 受付時間, 定員(先着). Lists dental checkup date and location.

内歯科健診、お口の健康相談 人母子健康手帳の交付を受けた妊婦



公民館 中地区公民館 ☎025-250-2910

ちいきのサロン「民話の語り」

回10月18日(水)午前10時~11時 内忘れな草の会による民話の語り

子育てサロン「ひだまり」10月の予定

Table with columns: 月, 日, 曜, 内容. Lists childcare salon activities for October.

時間 午前10時~正午 内自由遊びと情報交換(時間内の出入り自由)

●健康づくりのための食事講習会

回10月19日(木)午前10時30分~午後0時30分(受付は10時15分から)

●マタニティセミナー(安産教室)

Table with columns: 回, 月, 日, 曜, 時間, 申込開始日. Lists maternity seminar dates.

場木戸健康センター 人東区在住の妊婦各回先着10人(配偶者やパートナーも参加できます)

①令和5年11月~12月出産予定者 ②令和5年12月~令和6年1月出産予定者

●育児相談

Table with columns: 10月, 会場, 受付時間, 申込開始日. Lists childcare consultation dates.

※5日(木)は栄養士と歯科衛生士による相談あり、19日(木)は栄養士による相談あり

申5日(木)は石山地域保健福祉センター(☎025-250-2901)、19日(木)は健康福祉課地域保健福祉担当(☎025-250-2370)

●子どもの健康診査(個人案内)

☆の健診でフッ化物塗布希望者は料金1,020円が必要です。

1歳6カ月児健康診査 ☆

3歳児健康診査 ☆

1歳誕生歯科健康診査 ☆

対象者には案内を送付します。 股関節検診・母体保護相談

い〜てらす

内未就園児と保護者 申当日直接会場

シニアライフ応援講座 不幸を防止するシリーズ(全2回)

回①10月30日(月)午前10時~正午 ②11月13日(月)午前10時~正午

小学生期家庭教育学級 「子育てを通じて親も成長!子育て力(ごから)アップデート講座<小学生編>」

Table with columns: 月, 日, 曜, 内容. Lists elementary school parent education classes.

時間 午前10時~正午 ※10月21日(土)のみ午後1時~2時30分

寺山1653(寺山公園内) ☎025-250-5207 開設時間 午前9時~午後6時

●だれでもおしゃべりテラス~県外からの転勤ママもどうぞ~

回①10月3日(火)午前10時~11時30分 ②10月10日(火)午前10時~11時30分

●ベビーマッサージ

回10月5日(木)午前10時15分~11時 内赤ちゃんと保護者のスキンシップ(オイルの使用なし)

●あんよのまへのいないいないばあ

回10月20日(金)午前10時15分~11時30分 内ふれあい遊び、リズム遊びなど

わいわいひろば

下木戸1-4-1(区役所庁舎2階) ☎025-250-2395 開設時間 午前9時~午後6時

●赤ちゃん体操

回10月3日(火)午後1時30分~2時30分 内赤ちゃんとのコミュニケーションをとりながら体を動かす

●リモート子育て講座

回10月17日(火)午後1時30分~2時30分 内体の土台となる足の大切さについての話

●パパとママのふれあいベビーマッサージ(パパ向け講座)

回10月22日(日)午前10時~11時

場東区プラザ 内パパとママで赤ちゃんとのスキンシップを楽しむ

●産後ママのやさしいヨガ

回10月24日(火)午後1時30分~2時30分 内産後のママが赤ちゃんと一緒に参加できるヨガエクササイズ

●プレママ・パパ情報交換会

回10月28日(土)午前10時30分~11時30分 場東区プラザ 内プレママ・パパと先輩ママで出産や育児についてのおしゃべり会

●CAPおとなワークショップ~子どもを守るためにおとなができることを考える~

回10月30日(月)午前10時~11時30分 場東区プラザ 内自分も子どもも大切にする子育てについてのプログラム

●NPプログラム~完璧な親なんていない~

回11月14日~12月19日の毎週火曜日(6回連続講座)午前10時~正午

こども創作活動館

牡丹山1-33-23 ☎025-279-2113 開設時間 午前9時~午後6時(日曜・祝日は午後5時)

●おやこdeあそぼう

回9月26日(火)午前10時30分~同50分 内親子のふれあい遊び、リトミックなど

●おやこdeミュージックセラピー

回10月3日(火)午前10時30分~11時 内音楽療法士による音遊び

持スマートフォン、筆記用具 申9月21日(木)~26日(火)平日午前9時から午後5時までに電話または直接同館

お知らせ

ストップ!稲わら・もみ殻の焼却

稲わら・もみ殻の焼却により、煙による交通障害や健康被害など、毎年多くの苦情が寄せられています。

催し物・募集

下山スポーツセンター 体力測定&相談

回10月7日(土)、14日(土)、17日(火)、28日(土)、31日(火)午後2時~4時

熱中症に注意しましょう。