

ふおれすと鉾山で遊びませんか
〜 鷺別子育てサロン〜と〜ます〜

日時 2月28日(金)10時〜13時30分

場所 ふおれすと鉾山

※バスの乗り場など、詳しくは、問い合わせください。

対象 小学校入学前の子どもとその保護者

内容 そり遊び、昼食会、おもちゃ遊びなど

持ち物 昼食など

申し込み・問い合わせ 2月24日(月)までに鷺別子育てサロン事務局・稲葉さん

(☎090-2813-8711)

1st BIRTH

〜 富岸子育てひろば〜

日時 2月27日(木)10時30分〜12時

場所 亀田記念公園管理棟2階

対象 (かめだわんパーク) 妊娠されている方(子ども連れ可)

内容 妊婦同士の交流や情報交換

定員 10人(申し込み順)

申し込み 2月25日(火)までに特

定非営利活動法人登別自然活動支援組織モモンガくらぶ
(☎080-1890-0865)

すこやかマタニティ教室

日時 ①3月5日(木)13時30分〜15時、②3月13日(金)13時30分〜15時30分

場所 しんた21

対象 ①妊娠されている方、②妊娠されている方とその家族

内容 ①ミルク作り体験・産後の生活や新生児の特徴についての講話、②沐浴・抱っこ・オムツ交換の体験実習、妊婦体験など

定員 ①20人、②20組

※どちらも申し込み順。

申し込み 参加を希望する日の3日前までに健康推進G

(しんた21内・☎050100)



介護予防教室に参加しませんか

日時 ①2月19日(水)、②2月20日(木)、③2月26日(水)

※時間はいずれも10時〜12時。

場所 ①市民会館、②鷺別公民館、③婦人センター

対象 原則65歳以上の方

内容 転倒予防などにつながる体操など

持ち物 動きやすい服装と靴、タオル、飲み物

申し込み 参加を希望する日の前日までに特定非営利活動法人おにスポ・磯田さん

(☎090-9529-1765)

医療相談・講習会

日時 2月8日(土)11時〜12時

場所 アーニス1階中央フリースペース

内容 手洗いや手指の消毒についての相談など

講師 登別すずらん病院看護師・川口夕子さん、篠崎香織さん

問い合わせ みながわ往診クリニック (☎835962)

第4回市民医療アカデミー

日時 2月13日(木)19時〜20時30分

場所 鷺別公民館

内容 誤嚥性肺炎や糖尿病についての講話

定員 20人(申し込み順)

※申込方法など、詳しくは問い合わせください。

問い合わせ 18時から20時までにプラタナス・水谷さん

(☎090-4874-3371)

健康教室 JCHO 登別病院

日時 2月21日(金)14時〜14時30分

場所 JCHO 登別病院2階集

団栄養指導室

内容 管理栄養士による高齢者の生活習慣病についての講話

申し込み 2月19日(水)16時まで

に同病院栄養管理室 (☎803235)

糖尿病教室

〜 市立室蘭総合病院

日時 2月27日(木)14時〜15時

場所 市立室蘭総合病院講堂

内容 糖尿病専門医・宮崎義則さんによる講話、理学療法士による『フットケア』についての講話

※当日、直接会場にお越しください。

問い合わせ 同病院医局栄養科 (☎252022)

「申し込み」中の「G」は「グループ」の略です
「問い合わせ」

2020年 目玉企画!

ジュニアコース指定用品 全部プレゼント!!

■2月から授業開始の方対象
総額1万円相当の用品をプレゼント!

無料体験なども行っています!一度遊びに来てください★
※ジュニアコースの時間帯や料金等は、お気軽にお問い合わせ下さい。

日本水泳連盟優秀校

JSS 登別スイミングスクール
登別市若草町1丁目4-6 TEL(0143)36-6800

四季折々 海鮮満載 美味万来

浜小屋 らんぼのけ

登録ブランド認定品

みーっけの らんぼのけたらこ

前浜産 地方発送OK!

冷凍毛ガニ販売中!

紅鮭・干しガレイ たこわさび その他海産品

有限会社 武澤水産 本社/登別市富浦町1丁目24の1 T83-3466 F83-3757 不定休