

情報あら

『あそびの広場』に参加しませんか

遊びを通して子育てを応援します。親子で遊ぶ楽しさを体験し、育児のストレスを解消しながら楽しい時間を過ごしませんか。

今回は、0歳児グループと1歳児グループに分けて開催し、0歳児グループは、すこやか赤ちゃん教室と合同で実施します。

対象 0歳児グループ：10カ月～1歳2カ月、1歳児グループ：1歳6カ月～2歳5カ月

開催日 0歳児グループ：9月11日(木)から10月23日(木)までの毎週木曜日、1歳児グループ：9月2日(火)から10月21日(火)までの毎週火曜日

時間 10時～12時
場所 子育て支援センター(富士保育所横)

0歳児グループの9月11日(木)と10月9日(木)は、しんた21多目的ホールで行います。

定員 各10組程度(申込順)
参加料 無料

内容 0歳児グループ：保健師・保育士・栄養士との懇談、手遊び、運動遊びなど、1歳児グループ：手遊び、運動遊び、砂遊びなど

申し込み 8月18日(月)から21日

(木)の9時から17時までに電話で子育て支援センター(☎813715)

毎月『5』のつく日はしんた21の体力測定会

しんた21のトレーニングルームでは毎月、体力測定会を行っています。体力測定会でのデータをもとに、コンピューターがその人に合ったトレーニングプログラムを作成し、専門のトレーナーがアドバイスをしますので、効果的な健康づくりができます。ぜひご参加ください。

なお、体力測定会の時間帯は、トレーニングルームの一般利用はできませんので、ご了承ください。

9月の体力測定会(2回実施)

月日	時間	申込期間
9月5日(金)	14時～16時	8月18日(月)～8月29日(金)
9月25日(木)	18時30分～20時30分	9月8日(月)～9月19日(金)

定員 各18人(申込順)

参加料 500円

参加の際は半袖を着用してください。

申し込み 健康推進課

(しんた21内☎850100)

健康相談・診査

申し込み
問い合わせ

健康推進課

(しんた21内☎850100)

健康相談

月日	受付時間	場所
9月8日(月)	10:00～	しんた21
9月10日(水)	10:00～	鷺別公民館
9月12日(金)	10:00～	婦人センター

対象 コレステロールや血圧、血糖値などが高く、生活上どんな工夫や注意をしたらよいか知りたいと思っている方

内容 保健師や栄養士による食生活や生活習慣に関するアドバイス
申し込み 9月1日(月)までに電話でお申し込みください

8カ月児健康相談

クラス	対象	受付時間
ひよこ	平成15年1月生まれで第2子目以降のお子さん	10:15～10:30
もぐもぐ	平成15年1月生まれで第1子目のお子さん	12:45～13:00

日時 9月24日(水)(時間は、対象となる家庭に通知します)

場所 しんた21
内容 身体計測、栄養相談、育児相談、遊びの紹介
持ち物 母子健康手帳、バスタオル、替えオムツ

乳幼児健康相談

月日 9月24日(水)
受付時間 10時～10時15分
場所 しんた21
対象 育児相談を希望する方
内容 発育・発達・育児などの相談、栄養相談
申し込み 事前に電話でお申し込みください

4カ月児健康診査

日時 9月18日(木)(時間は、対象となる家庭に通知します)
場所 しんた21
対象 平成15年4月16日～平成15年5月15日生まれのお子さん
内容 診察、身体計測、栄養相談
育児相談
持ち物 母子健康手帳、バスタオル、替えオムツ

1歳6カ月児健康診査

日時 9月17日(水)(時間は、対象となる家庭に通知します)
場所 しんた21
対象 平成14年2月生まれのお子さん
内容 診察、歯科検診、身体計測、栄養相談、歯科相談、育児相談、フツ素塗布の予約
持ち物 母子健康手帳、お子さんの歯ブラシ

3歳児健康診査

日時 9月4日(木)(時間は、対象となる家庭に通知します)
場所 しんた21
対象 平成12年8月生まれのお子さん
内容 診察、歯科検診、尿検査、身体計測、栄養相談、歯科相談、育児相談
持ち物 母子健康手帳