

ヘルシースタート教室のお知らせ

育児や家事に忙しい毎日、どうしても食生活のバランスが崩れがちではないでしょうか。

そこで、お弁当箱を使って簡単に食事バランスを考える教室を開催します。また、お子さんの離乳食についてもアドバイスします。ぜひ、ご参加ください。

- 開催日 3月18日(水) 午前10時～11時30分
 - 場所 ゆうゆう館 小ホール
 - 対象者 6～7か月児(平成20年8月・9月生)の親子20組
 - 持ち物 お米1合(弁当箱は不要です)
 - 内容
 - レクリエーション
 - 自分・家族の食事バランスチェック
 - お弁当バイキング(ご飯やおかずを詰めながら、食事バランスをチェック。お持ち帰りになります!)
 - 離乳食アドバイス
- 申し込み先 健康増進課 ☎52-1116(定員になり次第締め切ります)



保健メモ

2月16日▶3月13日

開催日	内容	受付時間	対象者	場所
2月16日(月)	3歳児健診	13:00～13:30	平成17年11月生(国分寺・南河内)	ゆうゆう館
2月17日(火)	4か月児健診	13:00～13:30	平成20年10月生(石橋)	きらら館
2月18日(水)	育児相談	9:30～11:00	就園前のお子さん	ゆうゆう館
	ポピーくらぶ	10:00～11:30	就園前のお子さん	きらら館
2月19日(木)	1歳6か月児健診	13:00～13:30	平成19年7月生(国分寺・南河内)	ゆうゆう館
2月20日(金)	ポピーくらぶ	10:00～10:30	1歳6か月～就園前のお子さん、リトミックを行います	きらら館
2月23日(月)	フレッシュパパ・ママ教室	9:15～9:30	事前申し込みが必要です	ゆうゆう館
2月25日(水)	フレッシュパパ・ママ教室	9:15～9:30	事前申し込みが必要です	ゆうゆう館
2月26日(木)	4か月児健診	13:00～13:30	平成20年10月生(国分寺・南河内)	ゆうゆう館
3月2日(月)	赤ちゃん広場	10:00～10:10	平成20年11・12月生	ゆうゆう館
3月3日(火)	9か月児健診	9:30～10:00	平成20年6月生(石橋)	きらら館
	3歳児健診	13:00～13:30	平成17年12月生(石橋)	きらら館
3月4日(水)	育児相談	9:30～11:00	就園前のお子さん	ゆうゆう館
3月5日(木)	9か月児健診	13:00～13:30	平成20年6月生(国分寺・南河内)	ゆうゆう館
	ポピーくらぶ	10:00～11:30	就園前のお子さん	きらら館
3月9日(月)	3歳児健診	13:00～13:30	平成17年12月生(国分寺・南河内)	ゆうゆう館
3月10日(火)	1歳6か月児健診	13:00～13:30	平成19年8月生(石橋)	きらら館
3月11日(水)	ポピーくらぶ	10:00～11:30	就園前のお子さん	きらら館
	ポリオ予防接種	13:30～14:00	生後3か月～90か月までのお子さんで2回接種していない方	きらら館
3月12日(木)	1歳6か月児健診	13:00～13:30	平成19年8月生(国分寺・南河内)	ゆうゆう館
3月13日(金)	ポピーくらぶ	10:00～10:30	8か月～1歳6か月のお子さん、リトミックを行います	きらら館