

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。
お子さんと一緒にぜひ、ご参加ください。

- 開催日 平成23年1月24日(月) 午前10時～11時30分
- 場所 きらら館
- 対象者 平成22年6月・7月生まれのお子さんがいる保護者
(お子さんと一緒にご参加ください)
- 内容 ☆食事バランスガイドを使って自分と家族の食事のチェック
☆バランスのよいお弁当の試食(調理はしません)
☆大人の食事から離乳食への取り分けの工夫
- 申し込み方法 お電話または右のQRコードからお申し込みください。
なお定員を超えた場合はお断りすることがありますのでご了承ください。
- 定員 20名
※事前に申し込みください。
- 申し込み 平成23年1月5日(水)受付開始
- 持ち物 米1合



申し込み用QRコード

問い合わせ先 健康増進課 ☎52-1116

追加検診の 実施のお知らせ

次の日程で、特定健診(ヤング健診含む)・胃がん・肺がん・前立腺がん・大腸がん・乳がん・子宮頸がん検診及び肝炎・骨密度検査を実施します。受診希望の方は、電話で健康増進課(52-1116)まで予約してください。予約受付中、定員になり次第締め切ります。

| 検診日 | 検診場所 | 時間 | 内容 | 定員 |
|----------|-------|------------|--------------------------------------------------------------|-------------------|
| 1月19日(水) | ゆうゆう館 | 8時20分から10時 | 特定健診(ヤング健診含む)・胃がん 肺がん・前立腺がん・大腸がん・乳がん 子宮頸がん検診及び肝炎・骨密度検査 | 140名 先着順 |
| 1月29日(土) | きらら館 | 8時20分から10時 | | |
| 2月4日(金) | ゆうゆう館 | 8時30分 | ヤング健診 乳がん・子宮頸がん検診及び骨密度検査 | 各時間 40名 先着順 |
| | | 9時30分 | | |
| | | 10時30分 | | |
| | | 13時30分 | | |
| | | 14時30分 | | |

※国民健康保険の方の特定健診受診結果については、結果説明会にてお返しします。結果説明会の日程については、健診当日にご案内します。