

## 2月保健カレンダー

1	金	移動健康相談 午前9時30分～11時30分 場所：絹の台集会所 成人歯科検診(予約制) 午後1時30分～ 場所：谷和原保健福祉センター ミニ教室【バランスボール】 午前11時～
2	土	マタニティ教室(予約制) 午前10時～正午 場所：伊奈保健センター 成人歯科検診(予約制) 午後1時30分～ 場所：谷和原保健福祉センター
3	日	健康増進室利用講習会 午後1時30分～
5	火	健康増進室利用講習会 午前9時30分～
6	水	3歳児健診 午後1時～2時 場所：谷和原保健福祉センター 対象：平成16年12・平成17年1月生 ミニ教室【肩こり・腰痛】 午前10時～
7	木	1歳6か月児健診 午後1時～2時 場所：谷和原保健福祉センター 対象：平成18年7・8月生 ミニ教室【チューブ運動】 午後7時30分～
8	金	離乳食教室(予約制) ①午前10時～10時50分 ②午前11時～11時50分 場所：谷和原保健福祉センター ミニ教室【バランスボール】 午前11時～
10	日	健康増進室利用講習会 午後1時30分～
12	火	ひよこ広場 午前10時～11時30分 場所：谷和原公民館 育児相談(予約制) 午前9時～11時30分 場所：谷和原保健福祉センター
13	水	マタニティ教室(予約制) 午前9時～正午 場所：谷和原保健福祉センター ミニ教室【肩こり・腰痛】 午前10時～ 健康増進室利用講習会 午後6時30分～
14	木	ミニ教室【チューブ運動】 午後7時30分～
15	金	3歳児健診 午後1時～2時 場所：伊奈保健センター 対象：平成16年12・平成17年1月生 ミニ教室【バランスボール】 午前11時～
16	土	婦人科検診(予約制) 正午～ 場所：谷和原保健福祉センター 健康増進室利用講習会 午後6時30分～
17	日	未受診者健診 午前9時30分～11時 午後1時30分～3時 場所：谷和原保健福祉センター
18	月	1歳6か月児健診 午後1時～2時 場所：伊奈保健センター 対象：平成18年7・8月生
20	水	ミニ教室【肩こり・腰痛】 午前10時～
21	木	ポリオ 午後1時～2時 場所：谷和原保健福祉センター 健康増進室利用講習会 午前9時30分～ ミニ教室【チューブ運動】 午後7時30分～

22	金	骨粗しょう症検診(予約制) 午前9時30分～、午後1時30分～ 場所：小絹コミュニティセンター(午前) 場所：伊奈保健センター(午後) ミニ教室【バランスボール】 午前11時～
23	土	未受診者健診 午前9時30分～11時 午後1時30分～3時 場所：伊奈保健センター
26	火	2歳児歯科健診 午後1時～2時 場所：谷和原保健福祉センター 対象：平成17年11・12・平成18年1月生
27	水	健康相談(予約制) 午前9時～10時30分 場所：谷和原保健福祉センター

### <健康増進室利用について>

- 場 所 谷和原保健福祉センター
- 対 象 者 健康増進室利用講習会を受講された方
- 使 用 料 100円(免除制度あり)

### ※健康増進室利用講習会について

「運動機器の取り扱い方や体力測定」などを行います。健康増進室は、この講習会を受講された方のみご利用いただけます。事前の申し込みが必要になります。

講習会に来られる方は、室内運動靴・運動しやすい服装・汗ふきタオルなどをご持参ください。

- 対 象 者 市内在住・在勤・在学者で16歳以上の方
- 定 員 各日とも8人(※予約制)
- 申込方法 谷和原保健福祉センター内健康増進課まで、電話または窓口で直接お申し込みください。申し込みは本人、家族のみです。☎25-2100
- 申 込 日 1月28日(月)～2月21日(木)月～金曜日(土・日・祝日を除く)の午前8時30分～午後5時15分

### ※ミニ教室について

健康増進室利用講習会を受講された方のみ、ミニ教室の予約ができます。(申込方法・申込日は講習会と同じ)

都合により休講、または変更になる場合があります。

- 定 員 各日とも17人(※予約制)  
※定員になり次第締め切り
  - 参 加 費 100円(増進室利用料として)
- ☆詳しくは健康増進課までお問い合わせください。  
申し込み先 健康増進課 ☎25-2100

### ★健康増進室の利用時間

- ・火～土曜日：午前9時～午後9時
  - ・日 曜 日：午前9時30分～午後8時
- ※月曜日は休室になります。