

6月保健カレンダー

1	木	移動健康相談 時間：午前9時30分～11時30分 場所：青木住宅自治会館 2歳児歯科健診 場所：伊奈保健センター 対象：平成16年2・3・4月出生児
2	金	婦人科検診 場所：谷和原保健福祉センター
3	土	
4	日	
5	月	育児相談（予約制） 場所：伊奈保健センター ひよこ広場 時間：午前10時～11時30分 場所：伊奈保健センター 対象：生後1～12か月の乳児と保育者 献血 ①時間：午前9時～12時 場所：市役所谷和原庁舎 ②時間：午後1時30分～4時 場所：とりせんみらい平店
6	火	ミニ教室【ストレッチ&ヨガ】（予約制）
7	水	婦人科検診 場所：伊奈保健センター ミニ教室【チューブ運動】（予約制）
8	木	健康増進室利用講習（予約制）
9	金	ミニ教室【バランスボール】（予約制）
10	土	総合健診 場所：伊奈保健センター
11	日	
12	月	
13	火	3歳児健診 場所：谷和原保健福祉センター 対象：平成15年4・5月出生児 ミニ教室【ストレッチ&ヨガ】（予約制）
14	水	離乳食教室（予約制） 場所：谷和原保健福祉センター ポリオ予防接種（生ワクチン） 時間：午後1時～2時 場所：谷和原保健福祉センター 対象：生後3か月～90か月（7歳6か月）未満 ミニ教室【チューブ運動】（予約制）
15	木	
16	金	1歳6か月児健診 場所：谷和原保健福祉センター 対象：平成16年11・12月出生児 ミニ教室【バランスボール】（予約制）
17	土	
18	日	
19	月	総合健診 場所：伊奈保健センター
20	火	3歳児健診 場所：伊奈保健センター 対象：平成15年4・5月出生児 ミニ教室【ストレッチ&ヨガ】（予約制）

21	水	1歳6か月児健診 場所：伊奈保健センター 対象：平成16年11・12月出生児 ミニ教室【チューブ運動】（予約制）
22	木	
23	金	ミニ教室【バランスボール】（予約制）
24	土	健康増進室利用講習（予約制）
25	日	
26	月	
27	火	健康相談（予約制） 場所：伊奈保健センター こころの健康相談（予約制） 場所：伊奈保健センター ミニ教室【ストレッチ&ヨガ】（予約制）
28	水	ミニ教室【チューブ運動】（予約制）
29	木	生活習慣病予防教室① 時間：午前9時30分～12時 場所：谷和原公民館
30	金	ミニ教室【バランスボール】（予約制）

<健康増進室の利用について>

谷和原保健福祉センター健康増進室を安全に利用していただくため、「運動機器の取り扱い方やトレーニング方法」についての講習会を次のとおり開催します。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。

講習会期日	時間
6月8日(木)	午前9時30分～、午後1時30分～、
24日(土)	午後6時30分～
講習時間は、1時間30分から2時間くらいです。	

- 対象者
市内在住・在勤者で16歳以上の方
- 申込方法
谷和原保健福祉センター内健康増進課に電話、または窓口で直接お申し込みください。

★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～午後8時
※月曜日は休室になります。

問い合わせ先
健康増進課
(谷和原保健福祉センター内)
☎ 25 - 2100