

島ヶ原支所 健康教室
島ヶ原支所健康福祉課

リフレッシュやいつもの時
間をより楽しくしましょう！

うきうきママのリフレッシュ教室 (全3回)			
教室名	ボールエクササイズ	水中ダンス	アロマでリラックス
内容	10月13日(金)	11月17日(金)	12月22日(金)
月日	午後1時～3時		
時間	島ヶ原温泉やぶっちゃん「まめの館」で受付後、多目的ルームに集合		
場所	運動のできる服装、タオル、シューズ、飲み物(水分補給用) ※託児される方は部屋代150円とおやつ代50円	水着、スイミングキャップ、バスタオル、着替え、飲み物	島ヶ原老人福祉センター バスタオル、動きやすい服装 ※託児される方はおやつ代50円
持ち物	15人(託児7人)※申込多数の場合は抽選 ※託児をされる方で子どものお世話に必要なものがある場合は、袋などに名前を記入の上、ご持参ください。		
定員	300円		
利用料	100円		
申込期間	9月13日(水)～15日(金)		
いきいき親子のふれあい教室 (全3回)			
教室名	からだを動かそう!	プールで楽しもう!	音楽ってステキ!
内容	10月4日(水)	11月8日(水)	12月18日(月)
月日	午後1時～3時		
時間	島ヶ原温泉やぶっちゃん「まめの館」で受付後、多目的ルームに集合		
場所	動きやすい服装(素足で運動します)、タオル、飲み物(水分補給用)	水着、スイミングキャップ、バスタオル、着替えやオムツ(名前付きの袋持参)	島ヶ原老人福祉センター 特になし
持ち物	1歳～3歳の幼児と保護者10組 ※申込多数の場合は抽選		
定員	300円(3歳以上幼児100円)		
利用料	150円		
申込期間	9月6日(水)～8日(金)		

【お願い】
・まめの館の教室に参加する場合は、午後1時までに体調チェックや支払いなどを済ませてください。(時間厳守)
・なるべく3回ご参加ください。

【注意事項】
・島ヶ原温泉やぶっちゃん「まめの館」を初めて利用する方は、当日までに「まめの館」利用説明会を受けてください。
利用説明会は毎日、午前10時～と午後6時～(火曜定休日)に実施します。
・各教室は3回シリーズで最初に申し込みが必要となります。

【申し込み・問い合わせ】 島ヶ原支所 健康福祉課 ☎ 59-2163

献血のご案内

- 9月11日(月) 午前10時～午後1時
阿山保健福祉センター
- 9月28日(木) 午前9時～11時
大山田保健センター
- 9月28日(木) 午後12時30分～2時
日本ファイン(株)
- 9月28日(木) 午後2時～4時
大阪精工硝子(株) 三重工場

赤ちゃんの検診と相談

検診・相談名	検診・相談日	時間	場所	対象・内容
乳幼児検診	9月5日(火)	午後1時30分～2時	市立上野総合市民病院 小児科	生後4カ月、10カ月、1歳、1歳6カ月、2歳児。 ※生後4カ月、10カ月児は、なるべく受診してください。※有料
	9月12日(火)			
	9月19日(火)			
	9月26日(火)			
乳幼児発達検診 股関節脱臼検診	9月5日(火)	午後1時～2時	市立上野総合市民病院 整形外科	生後4カ月、10カ月、1歳6カ月児。 ※有料
	9月19日(火)			
1歳6カ月児健診	9月14日(木)	午後1時30分～2時30分	大山田保健センター	身体計測、内科および歯科健診、歯の相談、育児相談など。 ※対象児には通知します。母子手帳をご持参ください。
	9月19日(火)	午後1時30分～2時30分	伊賀医師会館	
3歳児健診 (3歳6カ月)	9月21日(木)	午後1時30分～2時30分	伊賀医師会館	
乳幼児相談	9月5日(火)	午前10時～11時30分	青山保健センター	育児相談、栄養相談。 ※母子手帳をご持参ください。
	9月7日(木)	午前10時～11時 午後1時30分～2時30分	上野ふれあいプラザ2階	
	9月13日(水)	午前10時～11時30分	阿山保健福祉センター	
	9月26日(火)	午後1時30分～3時	いがまち保健福祉センター	
	9月27日(水)	午前9時30分～11時	大山田保健センター	
離乳食実習	9月28日(木)	午後1時30分～3時30分	いがまち保健福祉センター	離乳食の話・離乳食の調理。(前期) ※申し込み制(広報いが市9月1日号で募集します。)

