

+ 休日当番医

| | |
|----------|------------------------------------|
| 12/3(日) | みどりの森クリニック 江端町5-174 ☎(46)1580 |
| 12/10(日) | ゆき皮フ科クリニック 一屋町4-84 ☎(44)9100 |
| 12/17(日) | なだか山クリニック 横根町名高山5-26 ☎(46)7566 |
| 12/24(日) | おおぶ眼科クリニック 月見町5-215 ☎(43)0022 |
| 12/30(土) | てらだ内科クリニック 横根町名高山24 ☎(57)3900 |
| 12/31(日) | ゆうCOCOROクリニック 共和町5-69 ☎(57)0066 |

診療時間 9:00~12:00
 ※当日の問い合わせは、各医療機関へ。
 ※診療時間外に急病人が出た場合は、県救急医療情報センター(☎(33)1133)へ。

みんなでウォーキング(無料・申込不要、受付時間:9:00~9:20)

| とき | 集合場所 | コース |
|----------|------------|-----------------|
| 12/2(土) | 長草公民館多目的広場 | 長草周遊(4.0*o) |
| 12/6(水) | 保健センター | 健康の森公園往復(5.2*o) |
| 12/9(土) | 二ツ池セレクトナ | 二ツ池公園周遊(4.2*o) |
| 12/13(水) | 健康の森公園管理棟前 | 健康の森公園(4.7*o) |
| 12/16(土) | 向畑公園 | 風車と緑ビュー(4.0*o) |
| 12/23(土) | 吉田公民館 | 吉田周遊(4.2*o) |

問 健康増進課 ☎(47)8000



みんなで体操 応用講座

健康運動指導士から、持久力・柔軟性の身に付け方を学びます。

日時 12/13(水) 10:00~11:00

場所 ミューいしがせ

定員 50人(先着順)

料金 無料

申込 12/4(月)から電話(☎(47)8000)または直接健康増進課へ。

みんなにごあいさつ 



平松 ^{りな} 里菜ちゃん 3歳

バレエが大好きで、毎日ストレッチをしているりなちゃん☆ これからも、りちゃんのペースで、自分らしく毎日を楽しんでね。

とーくんもパパママも、ずっと見守っているよ。3歳おめでとう!



谷口 ^{りんか} 凛華ちゃん 2歳

毎日ぬいぐるみを並べてお世話をしている凛ちゃん。妹のことも大好きで、お姉ちゃんらしくなったね。毎日パパとママに幸せをありがとう! これからも元気100倍で過ごそうね!



内村 ^{あやの} 文乃ちゃん 2歳

年明けには、お姉ちゃんになるね! 今まで通りたくさん甘えて、笑顔いっぱいでお過ごししてね。大好きだよ!

◆予約不要のイベント◆

子育ての話

「離乳食について」

日 12/14(木) 10:10~10:30

所 子どもステーション

対 市内在住の就学前児とその保護者

◆12月に予約を開始するイベント◆

子育て支援講座

「おむつはずれ」

日 1/25(木) 10:00~11:00

対 市内在住の就学前児とその保護者 15組

(託児あり・先着5人)

申 12/4(月)~1/22(月)に直接子どもステーションへ。

電話での仮予約はできません。

パパ交流会

日 1/20(土) 10:00~11:30

対 市内在住の就学前児とその父親 20組

申 12/4(月)~1/18(木)に電話(☎(44)4541)または

直接子どもステーションへ。

所 子どもステーション(受付時間:9:00~17:00)

子育て支援講座

「ママ友とのコミュニケーション」

日 1/11(木) 11:00~11:45

対 市内在住の就学前児とその保護者 12組

子育て支援講座

「心リフレッシュベビーヨガ」

日 1/23(火) 11:00~11:45

対 市内在住の首の据わった1歳までの子どもと

その保護者 12組

所 おおぶっこ広場(アスク共和東保育園内子育て支援室)

申 12/4(月)から電話(☎(46)4152・10:00~14:45)

または直接おおぶっこ広場へ。



子どもステーション・保育園・児童(老人福祉)センターでは、子育てに関する相談を受け付けています。

◆赤ちゃんママ◆

さくらんぼの会(多胎児交流会)

日 12/12(火) 10:00~11:30

所 子どもステーション

対 市内在住の就学前の多胎児とその保護者 10組

申 開催日前日13:00~当日9:00に下のQRコードから。

0歳児を持つ親の交流会

① プレママ~4カ月児 12/6(水) 10:00~11:30

② 5~7カ月児 12/13(水) 10:00~11:30

③ 8~10カ月児 12/20(水) 10:00~11:30

④ 11カ月児~ 12月はお休み

所 子どもステーション

対 市内在住の対象の子どもとその保護者 各20組

申 開催日前日13:00~当日9:00に下のQRコードから。

離乳食教室

離乳食の進め方の話や調理のデモ、試食などを行います。希望者には、個別相談も行います。

日 1/12(金) 9:00~10:55

所 ミューいしがせ

対 5・6カ月児とその保護者 20組

料 100円

申 1/4(木)までに市ウェブサイト・電話または

直接健康増進課へ。

問 健康増進課 ☎(47)8000



離乳食教室

◆もうすぐママ◆

OBUパパ&ママサロン 赤ちゃんとの関わり

赤ちゃんとの関係の築き方、正しい抱っこ・着替え・おむつ交換の方法、妊婦体験などを行います。

日 1/28(日) 9:30~11:00

所 ミューいしがせ

対 妊婦と妊婦のパートナー 36人

申 12/28(木)~1/26(金)に市ウェブサイト・

電話または直接健康増進課へ。

問 おおぶ妊産婦相談室 ☎(57)0219



パパママサロン

「0歳児を持つ親の交流会」
「さくらんぼの会」



申し込みはこちら

