



保健

問 申場 ほととテラス松田

2階(町健康福祉センター)

☎(84)1195

子育て健康課

☎(84)5544

※健診の詳細は個別通知をご確認ください

ふれあいヨガ(申込制)

赤ちゃんとはスキンシップをとりながら発達を促す触れ合いやママの身体を整えるヨガ、骨盤ケアなどを楽しく行います。

日 10月14日(火)

対 1歳までのお子さんと保護者の方

持 バスタオル、飲み物、

母子(親子)健康手帳

受付…10時15分

申 10月9日(木)まで



スリムアップセミナー

特別講師を迎えて、この日限りのヨガ教室を実施します。ぜひご参加ください!

日 10月17日(金)

13時30分~15時30分

場 未病センター

内 体と心をすっきりヨガ

対 町内在住・70歳未満の方

講 龍村ヨガ研究所 所長

龍村修さん

定 先着20人

持 室内履き・飲み物・

筆記用具

申 10月15日(水)

まで



3~4カ月児健康診査

日 10月22日(水)



2歳児歯科健康診査

日 10月24日(金)

ママパバクラス(無料)

日 10月25日(土)

受付…9時45分

内 新生児の育て方・沐浴実

施・妊娠中から考える日

頃からの災害への備え

持 母子(親子)健康手帳、

筆記用具

対 妊婦とその家族

申 10月23日(木)まで



生活習慣病について学ぶ

日 10月29日(水)

13時30分~15時

場 機能訓練室

内 生活習慣病(糖尿病)を

理解して病気を予防し、

健康で長生きできるアド

バイスをします。

対 町内在住の方

講 朝日生命成人病研究所

吉田航大 医師

定 先着25人

申 10月20日(月)まで

すくすく育児相談

日 11月4日(火)

受付…9時30分~10時30分

※受付後、順次相談を開始

5歳児健康診査

日 11月5日(水)

栄養パワーアップセミナー

日 11月11日(火)

9時30分~12時30分

場 1階 調理実習室

内 しっかりタンパク質でパ

ワーアップご飯

〜1食に必要なたんぱく質

の量が分かるご飯作り

対 町内在住の方

講 管理栄養士

佐藤明美さん

定 先着20人

持 エプロン・三角巾・

手拭きタオル・飲み物・

筆記用具

費 500円程度

申 11月4日(火)まで

口腔がん検診

問 足柄歯科医師会

☎(74)1180

日 11月20日(木)

9時~12時

場 足柄歯科医師会歯科保健センター 歯科診療室

(南足柄市班目1547

足柄上衛生組合内)

内 口腔がん検診

費 1000円

申 はがきに次の内容を明記して郵送

▼口腔がん検診希望・郵便番号・住所・氏名

(ふりがな)・年齢・

性別・気になっている

箇所、状態など連絡先

【宛先】

〒250-0101

南足柄市班目1547

(一社) 足柄歯科医師会

口腔がん検診係

10月29日(水)必着

※応募者多数の場合は抽選を行い、結果を11月7日

(金)までに郵送