

11月の保健課事業計画

日	曜日	内 容	時 間	場 所	対 象
1	水	さわやか体操教室	(1部) 9:40~10:40 (2部) 10:45~11:45	郡家体育館	(1部) 64歳以下対象 (2部) 65歳以上対象
		健診結果相談会	13:30~13:50	中私都改善センター	9/27健診受診者
2	木	集団検診	(受付) 8:30~10:00	郡家保健センター	検診案内チラシをご覧ください
		水中運動教室	(1部) 9:45~10:30 (2部) 10:45~11:30	八東保健センター	(1部) 64歳以下対象 (2部) 65歳以上対象
6	月	こころとからだの健康相談	9:30~10:30	船岡保健センター	一般
7	火	巡回検診	9:00~11:50	郡家地域	案内チラシをご覧ください
		水中運動教室	10:00~10:45	八東保健センター	65歳以上対象
8	水	健診結果相談会	13:30~13:50	下私都改善センター	10/4健診受診者
9	木	水中運動教室	(1部) 9:45~10:30 (2部) 10:45~11:30	八東保健センター	(1部) 64歳以下対象 (2部) 65歳以上対象
		5歳児健康診査	通知でお知らせします	郡家保健センター	H30.9.15 ~ H30.11.9生
10	金	集団検診	(受付) 8:30~10:00	郡家保健センター	検診案内チラシをご覧ください
12	日	集団検診	(受付) 8:30~10:00	郡家保健センター	検診案内チラシをご覧ください
13	月	集団検診	(受付) 8:30~10:00	郡家保健センター	検診案内チラシをご覧ください
14	火	集団検診	(受付) 8:30~10:00	郡家保健センター	検診案内チラシをご覧ください
		水中運動教室	10:00~10:45	八東保健センター	65歳以上対象
		ゆるやか体操教室	14:00~15:00	八東保健センター	一般
15	水	さわやか体操教室	(1部) 9:40~10:40 (2部) 10:45~11:45	船岡トレーニングセンター	(1部) 64歳以下対象 (2部) 65歳以上対象
		水中運動教室	(1部) 9:45~10:30 (2部) 10:45~11:30	八東保健センター	(1部) 64歳以下対象 (2部) 65歳以上対象
17	金	離乳食講習会	9:30~11:00	郡家保健センター	R4.12.23 ~ R5.2.17生
		男のかるやか体操教室	14:00~15:00	郡家保健センター	40歳~概ね74歳の男性
20	月	認知症の方と家族のつどい	13:30~15:30	郡家保健センター	認知症の方を介護している家族の方など
		2~3か月児育児相談	13:30~15:00	郡家保健センター	R5.8.17 ~ R5.9.20生
21	火	水中運動教室	10:00~10:45	八東保健センター	65歳以上対象
		健康講座 肝臓病予防について	受付13:40~ 講演14:00~15:00	郡家保健センター	一般
22	水	水中運動教室	(1部) 9:45~10:30 (2部) 10:45~11:30	八東保健センター	(1部) 64歳以下対象 (2部) 65歳以上対象
		健診結果相談会	13:30~13:50	国中改善センター	10/24健診受診者
28	火	水中運動教室	10:00~10:45	八東保健センター	65歳以上対象
		ゆるやか体操教室	14:00~15:00	郡家保健センター	一般
29	水	集団検診	(受付) 8:30~10:00	八東保健センター	検診案内チラシをご覧ください
30	木	水中運動教室	(1部) 9:45~10:30 (2部) 10:45~11:30	八東保健センター	(1部) 64歳以下対象 (2部) 65歳以上対象
		3歳児健康診査	(受付) 12:30~12:45	郡家保健センター	R2.9.14 ~ R2.11.30生

12月上旬の保健課事業計画

日	曜日	内 容	時 間	場 所	対 象
1	金	集団検診	(受付) 8:30~10:00	船岡地区公民館	検診案内チラシをご覧ください
4	月	こころとからだの健康相談	9:30~10:30	八東保健センター	一般
5	火	水中運動教室	10:00~10:45	八東保健センター	65歳以上対象
		6カ月児健康診査	(受付) 12:45~13:00	郡家保健センター	R5.4.18 ~ R5.6.5生
6	水	さわやか体操教室	(1部) 9:40~10:40 (2部) 10:45~11:45	中央公民館	(1部) 64歳以下対象 (2部) 65歳以上対象
		健診結果相談会	13:30~13:50	郡家保健センター	11/2健診受診者
7	木	水中運動教室	(1部) 9:45~10:30 (2部) 10:45~11:30	八東保健センター	(1部) 64歳以下対象 (2部) 65歳以上対象
		健康講座 腰痛・ひざ痛とロコモティブ シンドロームについて	受付13:40~ 講演14:00~15:00	郡家保健センター	一般
8	金	離乳食講習会	9:30~11:00	郡家保健センター	R5.7.5 ~ R5.8.25生
		男のかるやか体操教室	14:00~15:00	郡家保健センター	40歳~概ね74歳の男性

各事業は、中止・延期となる場合があります。詳しくは、八頭町ホームページをご確認いただくか、保健課までお問い合わせください。

## 出張子育て支援センターについて

11月から「出張子育て支援センター」の会場に「隼Lab.」が加わりました！

お気軽にお近くの会場へお越しください♪

開催日	会場
第2金曜日	男女共同参画センター「かがやき」
第4金曜日	隼Lab. 2階 SHARE LIBRARY「図書室」
上記以外の金曜日	子育て支援センター

◇隼Lab.または男女共同参画センター「かがやき」

親子ふれあい広場 …10:00～11:30

育児相談 ……10:00～12:00

※13:00以降は、子育て支援センターで育児相談をお受けします。

◇子育て支援センター

親子ふれあい広場 …10:00～11:30

育児相談 ……9:00～16:00

※行事等により日程が変更となる場合があります。

詳しくは町ホームページをご確認ください。



## 図書館共催 「えほんとなのしい音楽あそび」 ～このはのコンサート～

毎年好評の「えほんとなのしい音楽あそび」を秋バージョンでお楽しみください。



日 時 11月21日(火) 10:30～11:00

会 場 子育て支援センター

歌・演奏 上川 佳巳さん、宇野 三佳子さん

## 親子で楽しむクリスマスコンサート

0歳児から参加できます。楽しいひとときをお届けしますのでお楽しみに♪

日 時 12月13日(水) 10:15～11:00

会 場 子育て支援センター

内 容 バイオリン・ピアノ・歌

協 力 三朝バイオリン美術館



## さつまいも掘りを楽しみました！

春に子育て支援センターの菜園に植えたさつまいもの苗が大きく育ち、10月上旬に芋掘りをしました。小雨の中でしたが、土から顔を出した芋を見つけると子どもたちは大はしゃぎ。土の感触を楽しみながら大きな芋をたくさん掘り、親子で一緒に秋の楽しい思い出を作りました。



子どもの顔と同じくらい大きな芋を掘り出した親子

## 11月の主な行事

日 時	内 容	会 場
9 木 10:00～10:30	11月生まれの誕生会・お楽しみ会	子育て支援センター
11 土 10:00～12:00	子育て支援フェスタinやず	大御門体育センター
14 火 10:00～10:45	リトミック【要予約】 講師 山本 なおみさん	子育て支援センター
15 水 10:00～11:00	「リフレッシュ・ダイエット講座」【要予約】 講師 東郷 彩さん	大御門体育センター
17 金 10:00～11:00	世代を超えて～世代間交流～【要予約】 親子ミュージック・ケア 講師 浅見 眞子さん (るりゆーる所属)	子育て支援センター
21 火 10:30～11:00	えほんとなのしい音楽あそび(要予約) ～このはのコンサート～	子育て支援センター
22 木 10:00～11:30	ぴよんぴよんベビー【要予約】 わらべうたベビー・マッサージ、 ゆったりタイム	子育て支援センター 和室

☆ 絵本の会 (図書館司書による読み聞かせ) …… 11:15～

11月 1日(水) 会場 子育て支援センター

11月10日(金) 会場 男女共同参画センター

☆ 出張お仕事相談会 (出張ハローワーク) … 10:00～11:30

11月 8日(水) 会場 子育て支援センター

11月10日(金) 会場 男女共同参画センター

毎月発行しているぴよんぴよんクラブ便り(行事予定)は、町ホームページでもご覧いただくことができます。