

保健事業のご案内

保健事業日程（9・10月）



子育て

●子育て教室（要予約）

9月15日 10:00～11:30

場所：森町保健センター

対象：乳幼児と保護者

●歯科検診・フッ素塗布（要予約）

9月18日 13:10～13:20

場所：森町保健センター

対象：就学前のお子さん



健康相談

●健康相談

9月7日 9:30～10:30

10月5日 9:30～10:30

場所：さわやかセンター・砂原

●こころの健康相談

9月11日 10:00～12:00

9月25日 10:00～12:00

10月9日 10:00～12:00

場所：森町保健センター



健康づくり

●総合健診（要予約）

10月1日 6:30～11:00

10月2日 6:30～11:00

場所：森町保健センター

●元気はつらつクラブ（要予約）

9月16日 9:30～10:00

場所：森町保健センター

対象：65歳以上で外出の機会が
少ない方など

・乳幼児健診対象の方には個別通知しています。健診日に受けることができない場合はご連絡ください。

・こころの健康相談は、保健センターで毎月第2・4金曜日に実施しているほか、電話相談（平日9:00～17:00）も行っています。

プレママほっとサロン開催

先輩ママと交流しながら、妊娠・出産・育児について楽しく学べるサロンです。

産後のイメージづくりや、ちょっとした不安を相談できる場として、ぜひご参加ください。



森町 HP



申込フォーム

対象 妊婦の方とパートナーやご家族

日時 9月9日（水）10時～11時30分

場所 子育て支援室（もり保育所内）

内容 先輩ママとの交流

赤ちゃんがいる生活の体験談

沐浴体験

産後サービスの紹介 など



運動栄養教室のお知らせ

生活習慣病予防に効果的なストレッチや筋トレ、有酸素運動に加えて、町管理栄養士による栄養講話を行います。

一緒に健康な身体をつくりませんか？



森町 HP

対象 40歳以上の町民

※運動制限のある方、動くことで身体に痛みがある方は参加をご遠慮ください。

※食物アレルギーがある方は事前にご相談ください。

日時 第1回 運動編

10月20日（火）13時30分～15時

第2回 運動+栄養編

11月12日（木）13時30分～15時30分

第3回 運動編

12月10日（木）13時30分～15時

場所 森町保健センター

講師 三木 洋子 氏（エクササイズインストラクター）
町管理栄養士

予約 9月10日（木）から ※定員20名

申込・問い合わせ／森町保健センター ☎ 3-2311