

いきいきカレンダー 2009 11月 november

※行事等の日程は変更になる場合があります。

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
1	2	3 文化の日 親子食育教室 (保健棟) 9:30～13:00	4 ママタイム (保健棟) 9:30～11:30 (必要なもの:上履き) 母子手帳交付 (保健棟) 10:00～11:30 (必要なもの:印かん) わくわくクッキング (保健棟) 10:00～13:00 ぴよぴよひろば (保健棟) 10:00～16:00 はつらつ健康教室 (勤労者ふれあい棟) 14:00～15:30	5 健康体操はしらん会 (勤労者ふれあい棟) 10:00～11:30 1歳半・3歳児健診 (保健棟) 受付時間 1歳半児 13:10～13:30 3歳児 13:30～13:50 健康ヨガ (保健棟) 13:30～15:00	6 ヘルシーダンス (保健棟) 10:00～11:30 ぴよぴよひろば (保健棟) 10:00～16:00 第2回マタニティクラス (保健棟) 13:30～15:00	7
8 ぴよぴよひろば (保健棟) 10:00～16:00	9 すくすくランド (保健棟) 10:00～11:30 運動指導者養成コース (保健棟) 14:00～15:00 レッツエアロビクス (勤労者ふれあい棟) 20:00～21:00 御山登り会 生活センター 9:00 集合	10 ママタイム (保健棟) 9:30～11:30 (必要なもの:上履き) 母子手帳交付 (保健棟) 10:00～11:30 (必要なもの:印かん) ぴよぴよひろば (保健棟) 10:00～16:00 はつらつビデオ体操 (保健棟) 13:00～14:00	11 カンガルー教室 (保健棟) 10:00～11:30 健康体操はしらん会 (勤労者ふれあい棟) 10:00～11:30 4カ月児健診・BCG (保健棟) 受付時間 13:10～13:30 健康ヨガ (保健棟) 13:30～15:00	12 ヘルシーダンス (保健棟) 10:00～11:30 ぴよぴよひろば (保健棟) 10:00～16:00	13 ヘルシーダンス (保健棟) 10:00～11:30 ぴよぴよひろば (保健棟) 10:00～16:00 健康運動測定日 (保健棟) [予約制] 13:00～15:00	14
15 日曜 乳がん検診 鞍手町立病院 9:00～16:00 (予約制)	16 すくすくランド (保健棟) 10:00～11:30 食生活改善推進会定例学習会 (保健棟) 10:00～13:00 レッツエアロビクス (勤労者ふれあい棟) 20:00～21:00 御山登り会 生活センター 9:00 集合	17 ママタイム (保健棟) 9:30～11:30 (必要なもの:上履き) 母子手帳交付 (保健棟) 10:00～11:30 (必要なもの:印かん) ぴよぴよひろば (保健棟) 10:00～16:00 はつらつ健康教室 (勤労者ふれあい棟) 14:00～15:30	18 健康体操はしらん会 (勤労者ふれあい棟) 10:00～11:30 健康ヨガ (保健棟) 13:30～15:00	19 ヘルシーダンス (保健棟) 10:00～11:30 ぴよぴよひろば (保健棟) 10:00～16:00	20 ヘルシーダンス (保健棟) 10:00～11:30 ぴよぴよひろば (保健棟) 10:00～16:00 ポリオ (保健棟) 13:30～14:00 (必要なもの:母子手帳)	21
22 勤労感謝の日	23 総合健診 (総合福祉センター) 受付時間 8:30～10:30 すくすくランド (保健棟) 10:00～11:30 レッツエアロビクス (勤労者ふれあい棟) 20:00～21:00 御山登り会 生活センター 9:00 集合	24 総合健診 (総合福祉センター) 受付時間 8:30～10:30 ママタイム (保健棟) 9:30～11:30 (必要なもの:上履き) 母子手帳交付 (保健棟) 10:00～11:30 (必要なもの:印かん) ぴよぴよひろば (保健棟) 10:00～16:00 はつらつビデオ体操 (保健棟) 13:00～14:00 乳幼児相談 (保健棟) 13:30～15:00	25 カンガルー教室 (保健棟) 10:00～11:30 7・12カ月児健診 (保健棟) 受付時間 7カ月児 13:10～13:30 12カ月児 個人通知をご覧ください 健康ヨガ (保健棟) 13:30～15:00	26 ヘルシーダンス (保健棟) 10:00～11:30 ぴよぴよひろば (保健棟) 10:00～16:00	27 ヘルシーダンス (保健棟) 10:00～11:30 ぴよぴよひろば (保健棟) 10:00～16:00	28
29 総合健診 (総合福祉センター) 受付時間 8:30～10:30 ぴよぴよひろば (保健棟) 10:00～16:00	30 総合健診 (総合福祉センター) 受付時間 8:30～10:30 すくすくランド (保健棟) 10:00～11:30 レッツエアロビクス (勤労者ふれあい棟) 20:00～21:00 御山登り会 生活センター 9:00 集合	12/1 ママタイム (保健棟) 9:30～11:30 (必要なもの:上履き) 母子手帳交付 (保健棟) 10:00～11:30 (必要なもの:印かん) ぴよぴよひろば (保健棟) 10:00～16:00 はつらつ健康教室 (勤労者ふれあい棟) 14:00～15:30	2 1歳半・3歳児健診 (保健棟) 受付時間 1歳半児 13:10～13:30 3歳児 13:30～13:50 健康ヨガ (保健棟) 13:30～15:00	3 ヘルシーダンス (保健棟) 10:00～11:30 ぴよぴよひろば (保健棟) 10:00～16:00	4 ヘルシーダンス (保健棟) 10:00～11:30 ぴよぴよひろば (保健棟) 10:00～16:00	5

☆☆☆ポリオ予防接種のご案内☆☆☆
今年度最後のポリオ予防接種を下記日程で行います。
是非受けておきましょう。
◆日 ち 11月27日(金)
◆時 間 13:30～14:00
◆場 所 総合福祉センター 保健棟 多目的ホール

【ポリオ予防接種の注意事項】
ポリオは41日以上の間隔を空けて、2回経口投与します。
発熱、下痢のお子さんは治癒してから投与になります。投与直後(30分以内)に嘔吐等でワクチンを吐き出した場合は再投与します。ポリオの接種日から、他の予防接種を行うまでの間隔は、27日間以上空ける必要があります。ご不明な点がございましたら右記までお問い合わせください。

【特定健康診査を受けましょう】
11月30日(月)が平成21年度集団健診最終日です。事前に送付している申込書で11月6日(金)までにお申し込み下さい。申し込みをお待ちしております。

お問い合わせ先
鞍手町役場
保険健康課健康増進班
Tel 0949-42-2111 (代表)