

# 子育て・教育

# child rearing・education



## 9～10月の乳幼児健診

🕒午後1時～2時

📍安中市保健センター

### 4か月児健診

9月26日(火) 令和5年 5月生  
10月31日(火) 令和5年 6月生

### 8か月児健診

9月19日(火) 令和4年12月生  
10月24日(火) 令和5年 1月生

### 1歳児すくすく相談

9月25日(月) 令和4年 8月生  
10月30日(月) 令和4年 9月生

### 1歳6か月児健診

9月13日(水) 令和4年 2月生  
10月11日(水) 令和4年 3月生

### 2歳児歯科健診

9月27日(水) 令和3年 7月生  
10月25日(水) 令和3年 8月生

### 2歳6か月児歯科健診

9月21日(木) 令和3年 1月生  
10月19日(木) 令和3年 2月生

### 3歳児健診

9月 7日(木) 令和2年 7月生  
10月 5日(木) 令和2年 8月生

📎母子手帳、バスタオル、各種健康診査票、子育て支援ノート、健やか親子21アンケート(4か月児、1歳6か月児、3歳児)、当日尿(3歳児のみ)、仕上げ磨き用歯ブラシ(1歳児、1歳6か月児、2歳児、2歳6か月児、3歳児)

※お子さんやご家族(保護者やきょうだいなど)で7日間以内に37.5度以上の熱や咳・鼻水・下痢などの症状がある場合、水ぼうそうやおたふくなどの感染が疑われる場合は別の健診日に変更してください

### こども医療でんわ相談 (☎#8000)

県は、夜間や休日におけるお子さんの病気への対処方法や、応急処置などを電話で相談できる「こども医療でんわ相談(☎#8000)」を実施しています。

○月～土曜日：午後6時～翌午前8時、日曜・祝日・年末年始：24時間受付

# インフォメーション

# information



## 人権擁護委員が 決まりました

能登美津子さんが7月1日付けで法務大臣からの委嘱を受け、人権擁護委員に就任(再任)しました。

人権擁護委員は、法務大臣が委嘱した民間のボランティアで毎月の人権相談や啓発活動を行うなど、皆さんの身近な相談相手です。日常生活の中で、人権問題と感ずることがありましたら、お気軽に人権相談をご利用ください。

📍困市民課市民相談係  
(☎内線1208)



## カラダづくり講座受講者募集

生活に必要な体の筋肉を動かして体幹を鍛えることは、良い姿勢を保ち、フレイル予防にとっても重要です。今回の講座では、筋力・体幹を強化するための運動を紹介します。ぜひご参加ください。

📅10月13日(金)・18日(水)・30日(月)

🕒午前10時～11時

📍📍2階体操室

📍📍市内在住の40歳以上の人

※3日間参加可能な人が優先です

📍📍体幹トレーニング・筋トレなど

講師

健康運動指導士 渋川貴子先生

📍20人

📎運動のできる服装、室内用シューズ、タオル、飲み物、ヨガマット

※9月7日(木)午前9時から10月6日(金)午後5時まで(定員になり次第終了)

📍・📍困健康づくり課保健指導係  
(☎内線1174)に電話でお申し込みください