

ベビーマッサージ&ママヨガ教室 赤ちゃんもお母さんも気持ちよく！

母子保健班

プレパパママ教室

母子保健班

日 時 8月25日(木)

① 9:45 ~

② 10:45 ~

※兄弟姉妹と一緒に参加する場合には①に申し込んでください。

場 所 すこやかセンター3階

定 員 ①②ともに各回7組

対 象 令和4年2月~令和4年4月生まれ

※初めて参加をする人に限ります

講 師 助産師 戸村 恵理さん

費 用 1組 500 円

持ち物 母子手帳、バスタオル

申込み 電話にて予約



初めて出産を迎える夫婦を対象にした教室です。

日 時 8月27日(土)

① 9:00 ~ 11:00

② 13:00 ~ 15:00

場 所 すこやかセンター3階

内 容 妊娠中の生活、ママと赤ちゃんのお口のお手入れ & 栄養、お風呂の入れ方、妊婦体験(ハパ)

定 員 ①②ともに各回8組

対 象 令和4年10・11・12月出産予定の初産婦の人

費 用 250 円(テキスト代)

申込み 8月22日(月)まで



生活習慣病予防医療講演会

成人保健班

内容・日時・講師

①脂質異常症予防講演会

「気になるコレステロールと動脈硬化の関係
~生活改善のポイントについて~」

10月15日(土) 10:00 ~ 12:00 (受付 9:30 ~)

成田赤十字病院 糖尿病・内分泌代謝内科部長

橘 香穂里さん

②糖尿病予防講演会

「血糖値・HbA1cが気になる方へ
~コントロールするための正しい知識~」

10月22日(土) 10:00 ~ 12:00 (受付 9:30 ~)

成田赤十字病院 糖尿病・内分泌代謝内科医師

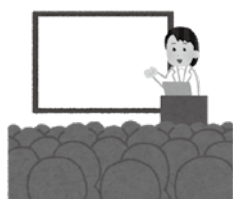
須田 博之さん

【共有事項】

場 所 すこやかセンター2階

定 員 各回 40 人

申込み 電話または健康推進課窓口にて予約



富里市地区保健推進員活動記③

「こんにちは、地区保健推進員です！

~私たちは地区の健康づくりをサポートしています~」

【日吉台小地区】

日吉台小地区では、1歳のお誕生日を迎えるお子さんのお宅に
歯ブラシやパンフレットを届ける1歳児訪問を行っています。

今後、地区活動として学区での料理教室も計画しています。



左後ろから時計周りに

国井貴美子(日吉台6丁目)、飯泉早苗(日吉台3丁目)、
松本ヒトミ(日吉台6丁目)、井上清子(日吉台1丁目)、
中村壽美子(日吉台3丁目)、中村君枝(日吉台2丁目)、

<敬称略>



Instagram 妊婦さんや子育て中のママパパ
向けに、様々な情報を発信中。
今後は、健康づくり情報も配信
していきます。
フォローをお願いします。



市公式 Youtube



市の魅力や市長メッセージ、健康
情報など、様々な動画を配信中。
チャンネル登録をお願いします。