

## 出産準備クラス (母親学級)

妊娠、出産、赤ちゃんとの生活について話します。

日 時 9月6日(木)・13日(木)・

27日(木)(全3日)午後1時

15分〜4時

会場 保健センター

対象 市内在住の妊娠中

の方

持ち物 母子健康手帳・筆記

用具

※直接会場へお越しください。

※妊娠5か月以降の方は、

早めに受けてください。

※お子さんを連れての参加

は、ご遠慮ください。

## もぐもぐ教室〜離乳食 中期・後期教室〜

離乳食をゴックンとのみ

込むことが上手になったら、

もぐもぐ・かみかみに進みま

しょう。

赤ちゃんに合った食べ物

の固さや大きさ、種類の増や

し方など、簡単メニューにつ

いて楽しく学びます。

日 時 9月11日(火)午前10時

〜11時30分

会場 保健センター

対象 平成18年11月から

平成19年1月生まれの子

児とその保護者

定員 15組(先着順)

内容

□ 離乳食中期・後期のポイ  
ント

□ 離乳食調理デモンストラ  
ション

□ 試食(保護者の方)

□ 育児ワンポイント講座

□ みんなで話そう「離乳食と  
育児について」

申込み 8月16日(木)午前8

時30分から電話で保健セ  
ンターへ

※対象のお子さん以外を連  
れての参加は、ご遠慮く  
ださい。

※対象のお子さん以外を連  
れての参加は、ご遠慮く  
ださい。

## 健康はむら 21の紹介コーナー

「支えあい いきいきと暮らせるまち」  
実現のために

重点目標 ～生活習慣病を予防しよう～

目標8 タバコによる害を減らそう!

☆喫煙と健康の関係について知ろう!

☆分煙を徹底しよう!

☆止めたい人がサポートを受けられるよう  
にしよう!



▲タバコは吸う本人、そして  
その周りにいる人の  
健康に影響を及ぼします。

## ▼コール樹樹(女声コーラス)

歌の好きな方と一緒に歌いませんか。

土曜日(月4回)午後2時〜4

時※変更する場合があります。

／福祉センター・ゆとろぎ／対

象 女性の方／月額 3500

円・入会金 10000円／指揮

重山禎弘・ピアノ 中澤麻子

☎5541-2788 渋谷

UR <http://mypage.odn.ne.jp/home/chorjuju>

## ▼キッズ空手教室

3歳から就学前の子ビッコ集ま

れ!空手道を通して礼節を重ん

じ青少年の体位向上を第一の目

的とし、大きな声であいさつが

でき、人をいじめない、人にい

じめられない強くて優しい子に

そして何ごとにも目標を持てる

子になるよう指導します。

毎週木曜日午後4時〜5時／ス

ポーツセンター第3ホール／月

額 3000円／☎5531

8980 茂木

## ▼イルカの会

知的障害者(児)を対象に水泳

の練習をしています。一人ひと

りの泳力に合わせた指導が受け

られます。まずは保護者同伴で

無料体験を受けてください。

毎週木曜日①午後7時〜(初・

中級、キック・クロールの練習)  
②午後8時〜(上級、25m以上)  
／スイミングセンター／月額 5000円他／☎57914  
718 田中

## ▼五ノ神書道教室

筆、筆ペン、ボールペン、何か

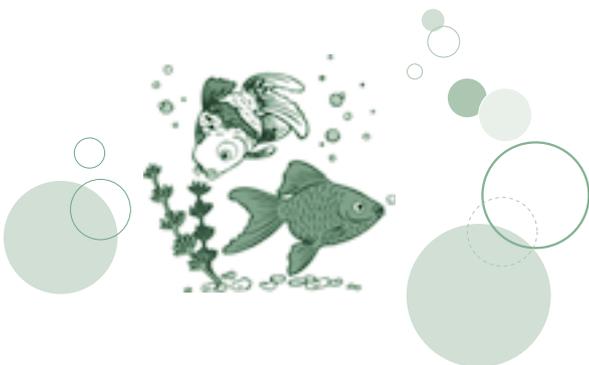
好きなものを始めてみませんか。

初心者大歓迎。

第2・4月曜日午後2時〜5時

／五ノ神会館／月額 2000円・大人3000円／☎

55411019 小山





どうぶつ公園の仲間たち  
サラマ! 元気!

5月19日(土)に生まれたワオキツネザルの子どもの名前が決定しました。

名前は、6月22日(金)まで来園者から募集し、その中から「サラ」に決めました。マダガスカル語の「Salama(元気)」から取っています。

多くの皆さんの応募ありがとうございました。

皆さん、サラに会いに来てください。



問合せ 動物公園

8月の休日診療

- [休日] いずみクリニック ☎ 555-8018
- 8月19日(日) [準夜] 福生市保健センター ☎ 552-0099
- [歯科] 沖倉歯科 ☎ 555-4331
- [休日] 小崎クリニック ☎ 554-0188
- 8月26日(日) [準夜] 福生市保健センター ☎ 552-0099
- [歯科] 生駒歯科羽村診療所 ☎ 555-3139

[休日] [歯科] ... 午前9時~午後5時  
[準夜] ... 午後5時~10時  
※各医院によって受付時間が異なる場合があります。  
注意してください。

問合せ 保健センター

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
12 ☎ 市土・日開庁	13	14	15 ☎ [休] 館内整理日	16 ☎ お好み講座(華道) 午前10時~	17 ☎ お好み講座(碁・将棋・俳句) 午前10時~	18 ☎ 市土・日開庁 ☎ サロンコンサート 午後5時~ ☎ サロンでトーク 午後7時~ ☎ 夜間開園
<b>図書館 開館時間延長中</b> 期間 8月31日(金)まで ■本館 ■ 午前9時~午後8時 ■小作台図書室 ■ 午前10時~午後5時						
19 ☎ 市土・日開庁 ☎ うたっておどろろ! 午後1時~	20 ☎ [休] 臨時休館日	21 ☎ お好み講座(民謡) 午後0時30分~	22	23	24 ☎ お好み講座(碁・将棋) 午前10時~ ☎ 夜のおはなし会 午後7時~	25 ☎ 市土・日開庁 ☎ ゆとろぎ長編映画劇場 午後7時~ ☎ 夜間開園
26 ☎ 市土・日開庁 ☎ アドバイ座 午前11時~	27	28 ☎ お好み講座(民謡) 午後0時30分~	29	30	31 ☎ お好み講座(碁・将棋) 午前10時~	1 ☎ 市土・日開庁
<b>ゆとろぎ アートinはむら展VII -アートフェスティバル-</b> 日時 8月28日(火)~9月16日(日) 午前10時~午後10時(最終日は午後4時まで) 会場 ゆとろぎ全館						

- ☎ 市役所(土・日) ☎ 555-1111
- ☎ 羽村駅西口連絡所(土・日) ☎ 554-8320
- ☎ 三矢会館連絡所(土・日) ☎ 554-8214
- ☎ 小作台連絡所(土・日) ☎ 554-9656
- ☎ 生涯学習センターゆとろぎ(月) ☎ 570-0707
- ☎ 図書館(月) ☎ 554-2280
- ☎ スポーツセンター(月) ☎ 555-0033
- ☎ スイミングセンター(月) ☎ 579-3210
- ☎ 弓道場(月) ☎ 555-9255
- ☎ 郷土博物館(月) ☎ 558-2561
- ☎ 水道事務所(土・日) ☎ 554-2269
- ☎ コミュニティセンター ☎ 554-8584
- ☎ 福祉センター ☎ 554-0304
- ☎ いこいの里(月の最終日曜日) ☎ 578-0678
- ☎ 地域包括支援センター 市役所内(土・日) ☎ 579-7785
- ☎ 地域包括支援センター相談連絡所 いこいの里 ☎ 579-0151
- ☎ 羽村園 ☎ 555-8815
- ☎ 保健センター(土・日) ☎ 555-1111
- ☎ 平日夜間急患センター ☎ 555-9999
- ☎ 子ども家庭支援センター(土・日) ☎ 578-2882
- ☎ 中央児童館(金) ☎ 554-4552
- ☎ 西児童館(火) ☎ 554-7578
- ☎ 東児童館(月) ☎ 570-7751
- ☎ 産業福祉センター(月) ☎ 570-0144
- ☎ リサイクルセンター(土・日) ☎ 578-1211
- ☎ 消費生活センター(土・日) ☎ 555-1111
- ☎ 羽村駅西口土地区画整理事務所(土・日) ☎ 570-7474
- ☎ 農産物直売所 ☎ 579-5467
- ☎ 動物公園(月) ☎ 579-4041
- ☎ 自然休暇村

※( )内は休館日

