

みんなの

健康。福祉

忘れずにお使いください

福祉商品券の使用期間は

2月29日(土)までです

商品券をお持ちの方で、まだ使用されていない方は期間内に忘れずにお使いください。

また、商品券の販売は2月21日(金)までです。購入引換券をお持ちの方でまだ購入していない方は、期間内にお求めください。

販売場所 福祉課、地域局市民福祉課

※使用できる店舗は市ホームページに掲載しています。

問合せ 福祉課

☎ 89・2152

健診はお済みですか？

保健センターの健診は

3月6日(金)までです

特定健診やがん検診、事業所健診を希望される方は、早めの連絡をお願いします。

※希望により送迎します。

問合せ 健康づくり課

☎ 58・2838

初心者もお気軽にご参加ください
バレトン教室を開催します

バレエ、フィットネス、ヨガを組み合わせたバレトンを楽しんでみませんか。

日時 2月3日(月)、10日(月)、17日(月)午後7時～8時

場所 二ツ井公民館

定員 25人

費用 800円

申し込み 事前に窓口で費用と併せて申し込み

問合せ 二ツ井公民館

☎ 73・2590

平日に受診できない方へ

日曜がん検診を行います

期日 2月9日(日)

受付 午前7時20分～8時

検診機関 JCHO秋田病院

健康管理センター

定員 40人

申し込み 午後1時～4時の間に電話で

問合せ JCHO秋田病院

健康管理センター

☎ 52・3127

笑顔で心もからだも元気に
笑いヨガの会を開催します

脳の活性化には笑うことも大切です。みんなが笑って、心もからだも元気になりますように。

日時 2月15日(土)

午前9時45分～10時45分

場所 能代市文化会館

費用 500円

問合せ のしろ笑い塾

☎ 080・7987・4528

運動不足の方や運動を始めたい方へ
ヘルスアップ！運動教室を開催します

健康運動指導士が運動の基本をお教えます。

日時 2月19日(水)

午後1時30分～

場所 二ツ井町庁舎大会議室

持ち物 飲み物

申し込み 2月14日(金)までに電話で

※希望により送迎します。

問合せ 健康づくり課

☎ 58・2838

スキンケアについて考えてみませんか
医療を考える集いを開催します

●そのしみ、あざ、ほくろ
ほうっておいて大丈夫!?
能代市山本郡医師会の主催で行われます。どなたでも聴講できますので当日会場へお越しください。

日時 2月15日(土)

午後2時～3時30分

場所 キャッスルホテル能代

講師 信クリニック皮膚科・形成外科 院長 工藤 信さん

問合せ 能代市山本郡医師会

☎ 58・2581

妊娠や出産、育児の不安を解消！
マミークラスの参加者を募集します

●子育て支援センター体験
パートナーや家族の参加も可能です。

日時 2月6日(木)

午前10時～11時30分

場所 サンピノ

申し込み 前日までに

●赤ちゃんの沐浴体験など

日時 2月16日(日)

午前9時30分～正午

場所 サンピノ

申し込み 2日前までに

●ベビータッチングケアなど

日時 2月17日(月)

午後1時30分～3時30分

場所 サンピノ

申し込み 2日前までに

●料理講習

日時 2月28日(金)

午前10時～午後0時30分

場所 働く婦人の家

申し込み 1週間前までに

※いづれも

問合せ めんchocoてらす

☎ 89・2948

