



ズンバ(ZUMBA) 教室を開催

ズンバとは、ラテン系の音楽とリズムによる楽しいフィットネスエクササイズです。健康づくりと楽しく汗を流すことを目的に開催します。

日時
 第1回：2月3日(金)
 第2回：2月10日(金)
 第3回：2月17日(金)
 午後7時～8時

場所 ニツ井公民館
講師 保坂久美さん
定員 25人
費用 500円

申し込み 電話またはニツ井公民館窓口で
問合せ ニツ井公民館 ☎73・2590

一献血日程

日時/場所
 2月15日(水)午前10時30分～11時40分、午後1時～3時
 / 県山地域振興局
 2月15日(水)午後4時～5時
 / 秋田しらかみ看護学院
 2月24日(金)午前10時～11時45分、午後1時～4時
 / 能代市役所
 2月26日(日)午前10時～正午、午後1時30分～4時
 / いとく能代ショッピングセンター

問合せ 能代保健所

健康づくり課 ☎58・2838
 ☎52・4333

午後には乳がん検診が受けられます



- JCHO秋田病院 健康管理センター (☎52-3127)
実施日 毎週金曜日
申し込み 希望日の1週間前までに電話で
- 保健センター (☎58-2838)
実施日 第3水曜日
申し込み 希望日の2週間前までに電話で

2月 子育て支援センター通信



サンピノ・すくすくひろば (午前10時～11時30分)

期日	主な内容	場所
1日(水)	0歳児ひろば・6カ月未満児 定員10組	高齢者友愛センター
3日(金)	0歳児ひろば・6カ月以上児 定員10組	
7日(火)	1歳以上児ひろば 定員10組	能代市総合体育館
16日(木)	子育て支援講座(離乳食 後期) 定員9組	働く婦人の家
20日(月)	みんな一緒・全年齢児 定員10組	能代市総合体育館
24日(金)	子育て支援講座(アンパンマンの椅子作り) 定員10組	高齢者友愛センター
24日(金)	ちびちゃんひろば(園開放)	第一・第四保育所
28日(火)	誕生会(親子体操・お楽しみ劇場など) 定員15組	能代市総合体育館

さんぼえむ・すくすくひろば (午前9時30分～午後1時)

期日	主な内容	場所	
1日(水)	みんなで遊ぼう!(豆まきごっこをしよう!)	さんぼえむ	
7日(火)	一緒に遊ぼうね!(手遊び・体操など)		
8日(水)	子育て支援講座(バレンタインクッキング) 定員6組		
14日(火)	0歳児ひろば(身体測定・親子触れ合い遊び)		
15日(水)	一緒に遊ぼうね!(手遊び・体操など)		
16日(木)	えほん楽しいね!(はらぺこあおむしさんの絵本デー)		
21日(火)	作って遊ぼう!(雛飾りを作ろう!) 定員6組		
22日(水)	一緒に遊ぼうね!(手遊び・体操など)		
24日(金)	ちびちゃんひろば(園開放)		ニツ井・きみまち子ども園
28日(火)	誕生会(身体測定・お楽しみ劇場)		さんぼえむ

※定員を設けている講座と園訪問は申し込みが必要です。上記以外の園開放日については、市ホームページをご覧ください。

◆育児に関する無料相談受付中!

サンピノ ☎52-8115 祝日を除く月～土曜日 午前8時30分～午後5時
 さんぼえむ ☎73-3111 月・木・金・土曜日 午前8時30分～午後5時 火・水曜日 午後1時30分～5時



■つどいの広場「ほけっと」(無料の遊び場) ☎080-3206-1299

時間 午前9時30分～正午
 午後1時～4時30分

場所 イオン能代店3階

お休み 11日(土・祝)、19日(日)

●くるくるべったん「おさらべったん」

●出張図書館「おはなしほけっと」

2月17日(金)午前11時～11時15分



■あそびのひろば ばれっと ☎090-5832-0303(菊池)

●ダンボールであそぼう

日時 2月22日(水)午前10時～午後0時30分

場所 能代山本広域交流センター

費用 200円

対象 乳幼児と保護者

持ち物 おにぎり、お椀、箸、スプーン、手拭き、飲み物

※状況により内容が変更または中止になる場合があります。

