

保健メモ ● 7月号 7月16日→8月12日

月 日	内 容	受付時間	対 象 者	場 所
7月16日(木)	1歳6か月児健診	13:00 ~ 13:30	平成19年12月生(国分寺・南河内)	ゆうゆう館
7月21日(火)	4か月児健診	13:00 ~ 13:30	平成21年3月生(石橋)	きらら館
7月22日(水)	ポピーくらぶ	10:00 ~ 11:30	就園前のお子さん	きらら館
	フレッシュパパママ教室 レッスン2	9:15 ~ 9:30	事前申し込み必要	ゆうゆう館
	フレッシュパパママ教室 レッスン2	13:15 ~ 13:30	事前申し込み必要	ゆうゆう館
7月23日(木)	4か月児健診	13:00 ~ 13:30	平成21年3月生(国分寺・南河内)	ゆうゆう館
7月27日(月)	3歳児健診	13:00 ~ 13:30	平成18年4月生(国分寺・南河内)	ゆうゆう館
7月28日(火)	特定健診 がん検診 青年期生活習慣病検診	8:30 ~ 10:00	事前申し込みした方	南河内公民館
7月29日(水)	赤ちゃん広場	9:45 ~ 10:00	平成21年3月・4月生	ゆうゆう館
7月31日(金)	ポピーくらぶ	10:00 ~ 11:30	就園前のお子さん	きらら館
8月3日(月)	3歳児健診	13:00 ~ 13:30	平成18年5月生(石橋)	きらら館
8月4日(火)	ポピーくらぶ	10:00 ~ 10:30	1歳6か月~就園前のお子さん リトミックを行います	きらら館
	9か月児健診	13:00 ~ 13:30	平成20年10月生(石橋)	きらら館
8月6日(木)	9か月児健診	13:00 ~ 13:30	平成20年10月生(国分寺・南河内)	ゆうゆう館
8月7日(金)	ポピーくらぶ	10:00 ~ 10:30	8か月~1歳6か月のお子さん リトミックを行います	きらら館
8月9日(日)	特定健診 がん検診 青年期生活習慣病検診	8:30 ~ 10:00	事前申し込みした方	ゆうゆう館
8月10日(月)	3歳児健診	13:00 ~ 13:30	平成18年5月生(国分寺・南河内)	ゆうゆう館
8月11日(火)	1歳6か月児健診	13:00 ~ 13:30	平成20年1月生(石橋)	きらら館
8月12日(水)	ポピーくらぶ	10:00 ~ 11:30	就園前のお子さん	きらら館
	育児相談	9:30 ~ 11:00	就園前のお子さん	ゆうゆう館

## ヘルシースタート教室のお知らせ



育児や家事に忙しい毎日…。お元気に過ごしていますか？  
お子さんの離乳食が本格的に始まるこの時期に併せて、自分の生活や食事を考えてみませんか？おいしい大人向けの食事、離乳食に早変わり…。そんな方法をお伝えします！！  
ぜひ、お子さんと一緒にご参加ください。

- 開催日 7月21日(火)午前10時~11時30分(受付 午前9時45分~)
- 場 所 ゆうゆう館
- 対象者 平成20年12月、平成21年1月生まれのお子さんがある方  
(お子さんと一緒にご参加ください)
- 定 員 約20名 事前に申し込みください。
- 申込締切 7月13日(月)
- 持ち物 米1合
- 内 容 食事バランスガイドを使って自分と家族の食事のチェック  
バランスのよいお弁当の試食  
大人の食事から離乳食への取り分けの工夫

