

## 9月15日～30日カレンダー

町内開催の行事・各種相談を掲載。「■」は  
事前申込が必要、「→◇」は詳細の記事あり。

日・曜日	町民みなさん向けの内容 【☆】観光施設イベントは町外からも来場可能
15・火	
16・水	■ウエルカムランチ(11:20～氷川保育園)→11◇・先着順 消費者相談窓口(14:00～文化会館)→10◇
17・木	■高次脳機能障害相談(9:00～保健福祉センター)→8◇・前日× ■食育講習会(10:00～保健福祉センター)→11◇・9/10×
18・金	■森林セラピー健康づくり事業：大多摩ウォーキングトレイル&椅子ヨガ→8月号8◇
19・土	
20・日	
21・月	
22・火	
23・水	■森林セラピー健康づくり事業：倉沢のヒノキと日原鍾乳洞→8月号8◇ ■高次脳機能障害相談(9:00～保健福祉センター)→8◇・前日×
24・木	ヘルシー体操(10:00～福社会館)
25・金	
26・土	■在宅障害者自立生活サポート事業(9:30～保健福祉センター)→7◇・9/17×
27・日	
28・月	ヘルシー体操(14:00～文化会館)
29・火	
30・水	■高次脳機能障害相談(9:00～保健福祉センター)→8◇・前日×

### 【筋力向上トレーニング講習会】

【日時・会場】カレンダー参照(2時間程度)  
【参加資格】町内在住・在勤の40歳以上の方  
【持ち物】動きやすい服装、運動用上履き、タオル、  
飲み物(水分補給用)、マスク、  
滑り止め付きの手袋(軍手など)  
※申し込み、問い合わせは、福祉保健課  
☎83-2777

### 《今月の納期9/30(水)》

国民健康保険税・介護保険料・  
後期高齢者医療保険料 各第3期分

### 「元気アップおきたま事業」

「元気アップおきたま事業」では、各地区の健康課題に合わせた講話や体操、調理実習などのプログラムにより、みなさんの健康意識を高めるサポートをします。みなさんの「元気アップ」のための情報が得られるよい機会ですので、お誘い合わせのうえ、ぜひご参加ください。

【日時・会場・内容】

カレンダー参照  
\*プログラムは各月で異なります。  
\*調理実習は事前申込制ですので、ご注意ください。持ち物は、エプロン・三角巾・手拭き用タオル・マスクです。  
※問い合わせは、福祉保健課

☎83-2777

### 母子健診日程表

10月9日(金) 保健福祉センター  
13:30～13:45 受付  
3～4か月児健診・産婦健診・乳幼児健診  
…令和2年5・6月生まれ  
14:30～受付  
離乳食講習会  
…3・4か月児～1歳6か月児

10月14日(水) 保健福祉センター  
13:15～13:35 受付  
1・2・4・5歳児歯科健診  
…平成27・28・30・令和元年9月生まれ  
乳幼児歯科相談  
…8か月児～小学校入学前の乳幼児