

## 3月15日～31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・月 | ■森林セラピー健康づくり事業：<br>山里歩き（小丹波）&体成分分析装置 InBody（イボディ）測定→2月号16📄                  |
| 16・火 | ■筋力向上トレーニング講習会（9:30～福祉会館）→10📄・前日×<br>■高次脳機能障害相談（13:00～保健福祉センター）→8📄・前日×      |
| 17・水 | 元気アップおくとま事業（10:00～白丸生活館；こころの健康づくり）→9📄<br>消費者相談窓口（14:00～福祉会館）→8📄             |
| 18・木 | ヘルシー体操（10:00～福祉会館）<br>元気アップおくとま事業（13:30～境生活館；こころの健康づくり）→9📄                  |
| 19・金 | 奥多摩中学校卒業式   |
| 20・土 |   |
| 21・日 |   |
| 22・月 | ヘルシー体操（14:00～文化会館）  |
| 23・火 | ■心理発達相談（10:30～きこりん・八木橋臨床心理士）→8📄・前日×<br>元気アップおくとま事業（13:30～福祉会館；こころの健康づくり）→9📄 |
| 24・水 | 古里小学校・氷川小学校修了式  |
| 25・木 | 古里小学校・氷川小学校卒業式<br>奥多摩中学校修了式   |
| 26・金 | ■高次脳機能障害相談（13:00～保健福祉センター）→8📄・前日×   |
| 27・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）→13📄・3/18×<br>相続・成年後見相談（13:00～福祉会館）→8📄       |
| 28・日 |   |
| 29・月 |   |
| 30・火 | ■高次脳機能障害相談（13:00～保健福祉センター）→8📄・前日×<br>■森林セラピー健康づくり事業：山里歩き～海沢カタクリ山と長畑～→2月号16📄 |
| 31・水 |   |

## 母子健診日程表

## 4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  
…対象児には通知します

14:30～受付  
離乳食講習会  
…3・4か月児～1歳6か月児

## 4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  
…対象児には通知します

乳幼児歯科相談  
…8か月児～小学校入学前の乳幼児

## 「元気アップおくとま事業」

「元気アップおくとま事業」では、各地区の健康課題に合わせた講話や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

切り取り線（切り取り後、冷蔵庫などに貼ってご利用ください）