## いきいきエクササイズ

### おおいそ骨太体操集中講座

▶**とき**　2月7日、14日、21日
いずれも木曜日
10:00～11:30（保育あり）
▶**ところ**　保健センター（2月21日は福祉センターさざれ石）
▶**参加**　全回参加された方には骨太Tシャツをプレゼント
▶**持ち物**　飲み物・タオル・動きやすい服装で
問・申　子育て介護課　☎内線308

## Bウェーブ（産後のシェイプアップ）

「Body（体）」、「Bone（骨）」、「Beauty（美）」、体を動かして心とからだのリフレッシュ！
▶**とき**　2月25日（月）
10:00～11:30
▶**ところ**　保健センター
▶**内容**　骨太体操・リズム体操・ストレッチ体操
▶**対象**　20～50歳代の方（お子さんも一緒に参加できます）
※申込み不要・直接会場へ
問　子育て介護課　☎内線308

## 潜在看護師復帰支援研修会

結婚や子育てで職場を離れ再び働く意欲があっても復帰には不安という方のための研修です。
▶**とき**　2月18日(月)～2月22日（金）　10:00～15:00
▶**ところ**　東海大学大磯病院
▶**対象**　保健師・看護師・准看護師の資格を持ち、再び看護をしたいと考えている方
▶**参加費**　資料代2,000円
▶**申込締切**　2月12日(火)
問・申　東海大学大磯病院事務課
☎(72)1767

## 骨太体操講習会

### 一般向け

骨太体操ボランティアと一緒に体が喜ぶお話と音楽に乗せた楽しい体操で、昨日より元気なあなたになりませんか。
（参加費・申込み不要　直接会場へ）

| | 日（曜日） | 時　間 | 場　所 |
|---|---|---|---|
| 2月 | 4日（月） | 13:30～15:00 | 国府新宿福祉館 |
| | 5日（火） | 14:00～15:30 | ふれあい会館 |
| | 8日（金） | 13:30～15:00 | 国府支所 |
| | 18日（月） | 14:00～15:30 | 国府新宿福祉館 |
| | 26日（火） | 14:00～15:30 | ふれあい会館 |
| 3月 | 3日（月） | 13:30～15:00 | 国府新宿福祉館 |
| | 4日（火） | 14:00～15:30 | ふれあい会館 |
| | 10日（月） | 13:30～15:00 | 国府支所 |
| | 11日（火） | 14:00～15:30 | ふれあい会館 |
| | 17日（月） | 13:30～15:00 | 国府新宿福祉館 |
| | 25日（火） | 14:00～15:30 | ふれあい会館 |

### 高齢者のためのとてもやさしい体操教室

**内容**：ゆったりとした太極拳の動きと高齢者向けの体操

| 日　時 | | ところ |
|---|---|---|
| 2月22日（金） | 13:30～15:00 | 国府新宿福祉館 |
| 3月28日（金） | | |

### メンズエクササイズ

**内容**：男性限定の体操講習会

| 日　時 | | ところ |
|---|---|---|
| 2月13日（水） | 10:00～11:30 | 福祉センターさざれ石 |
| 2月28日（木） | | |
| 3月12日（水） | | |
| 3月27日（木） | | |

◎**問い合わせ**　子育て介護課　☎内線309

# 休日急患診療　在宅当番医

## 2月の日程表

| 日 | 曜 | 当　番　医 | 診療科目 | 所　在　地 | 電　話 |
|---|---|---|---|---|---|
| 3 | 日 | グリーン内科クリニック | 内・循 | 大磯町大磯951 | 60－3131 |
| 10 | 日 | 百合が丘クリニック | 内・呼・消・循・麻 | 二宮町百合が丘2-1-2 | 73－0082 |
| 11 | 月 | 浅野クリニック | 小 | 二宮町百合が丘3-5-2 | 72－0720 |
| 17 | 日 | 二宮診療所 | 内 | 二宮町二宮1305 | 71－0201 |
| 24 | 日 | 相良内科クリニック | 内・循・小 | 大磯町大磯1270 | 61－0378 |

まず、あなたの主治医の都合を聞いた上でご利用ください。
診療時間厳守
・午前9時～12時
・午後2時～5時

◎問い合わせ
大磯町消防署　☎(61)0911
二宮町消防署　☎(72)0015

※診療科目以外の診療については、他の医療機関を紹介する場合があります。
※休日当番医は、都合により変更となる場合がありますので、事前に消防署へご確認ください。