

情報コーナー

役場 ☎61-4100

問 問い合わせ
申 申込み

おおいそ健康ウォーク ～高麗山散策と太極拳を楽しもう～

- ▶**とき** 9月29日(金) 雨天中止
 - ▶**集合**…9:30 高麗神社
 - ▶**解散**…14:00頃 高田公園
 - ▶**コース** 高麗神社～花水広場～ケヤキ広場～大堂～八俵山～湘南平(青空の下で、昼食後に太極拳をやってみよう)～高田公園
 - ▶**高麗神社へのアクセス**
花水バス停下車、西に向かい徒歩2分
 - ▶**参加費** 100円
 - ▶**持物** 弁当・飲み物・保険証・タオル・ステッキ・替え着・できれば登山靴
- 問・申 子育て介護課 ☎内線308

Bウェーブ

「Body(体)」、「Bone(骨)」、「Beauty(きれい)」、体を動かして心とからだのリフレッシュ!

- ▶**とき** 9月11日(月)
10:00～11:30
 - ▶**ところ** 保健センター
 - ▶**内容** 体操(骨太体操・リズム体操・ストレッチ)試食など
 - ▶**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

こころの健康相談

心の悩みや病気でお困りの方やご家族を対象として精神科医による相談をお受けします。(引きこもりやアルコール等の相談も含む・予約制)

- ▶**とき** 9月7日(木)、19日(火)、25日(月) 13:30～15:45
 - ▶**ところ** 平塚保健福祉事務所
- 問・申 平塚保健福祉事務所
☎(32)0130

食事からの健康相談(予約制)

基本健康診査の結果から『食生活を見直さなくては…』という方、栄養士が相談をお受けします!!
健康づくりのヒントを一緒に探しましょう。(予約制)

- ▶**とき** 9月14日(木)の午後、9月29日(金)の午前
 - ▶**ところ** 大磯町保健センター
- 問・申 子育て介護課 ☎内線305

健康チェック

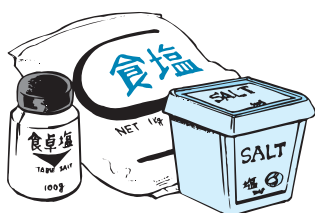
歯科相談・体脂肪測定・基礎代謝・体年齢測定を行います。

- ▶**とき** 9月28日(木)
9:30～11:30、13:30～15:00
 - ▶**ところ** 保健センター
- 問 子育て介護課 ☎内線308

料理講習会

「減らしNaさい・増やしな菜」をテーマにお料理しましょう。塩分の取りすぎや野菜不足の食生活を見直しましょう。

- ▶**とき** 9月27日(水)
10:00～13:30
 - ▶**ところ** 保健センター
 - ▶**対象** 成人男女30名
 - ▶**参加費** 500円
 - ▶**持物** エプロン・三角巾
 - ▶**申込み締切** 9月17日(日)
- 問・申 大磯町食生活推進団体
(ママの会) 二宮宅 ☎(72)3407、
青山宅 ☎(71)7382 ※18:00以降



にこにこクラブ

乳幼児や子育て中の親子が安心して「話せる」「遊べる」広場です。

- ▶**とき** ①9月12日(火)、10月10日(火) ②9月27日(水)、10月25日(水)
 - ▶**各回とも** 9:30～11:30
 - ▶**ところ** ①障害福祉センター ②岩田記念室内競技場
 - ▶**対象** 未就園児と保護者
- 問 子育て介護課 ☎内線305

ママといっしょのおはなしタイム

保育士によるお話会、手遊びや育児相談を行います。

- ▶**とき** 9月26日(火)
10:00～10:30
 - ▶**ところ** 子育て支援センター
 - ▶**対象** おおむね3歳児まで
- 問 子育て介護課 ☎内線306

パソコン入門講座②

パソコンの初心者を対象に、文字の入力方法など基礎的な操作方法やインターネットの閲覧方法を4回に分けて学習します。

- ▶**とき** ①10月6日(金)、②13日(金)、③20日(金)、④27日(金)の計4回で1講座。
各回とも10:00～12:00
 - ▶**ところ** 生涯学習館 講習室
 - ▶**対象** 町内在住の成人20名(平17年度中に開催した同講座を受講した方を除く)
 - ▶**参加費** 無料
 - ▶**持物** 筆記用具
 - ▶**その他** パソコンは生涯学習館の物を使用します。
 - ▶**申込方法** 電話で9月11日(月)から(先着順)。
- 問・申 生涯学習課 ☎内線323