

お知らせのマークの見方

- ◎料金の記載のないものは無料です。
- ◎マークの見方
 - 時=期日(期間)/時間 場=会場
 - 内=内容 講=講師 題=演題
 - 出=出演 曲=曲目 相=相談員
 - 対=対象 定=定員 料=料金
 - 持=持物 申=申込
- ▷市民大学あしかが学校の講座
- ☑=必修 認=認定

ハローベビークラス

健康増進課・☎403115

【両親学級】わくわく育児体験コース
 2月23日(土) 場 足利大学本城キャンパス3号館3階実習室
 内容: パパによる妊婦体験、赤ちゃんのお世話疑似体験(おむつ交換や沐浴など)、産後の子育てや生活を考えるなど
 講師: 保健師
 【母親学級】あんしん体験コース
 2月3月6日(水) 場 さいこうふれあいセンター(西宮町)
 内容: 妊娠出産で不安定になりやすい心をコントロールする方法、子育てサークルの見学など
 講師: 保育士、



保健師

《共通》時 午後2時〜4時 対 妊娠22週以降の妊婦とその家族※原則、2回とも参加できる方。
 定 20組 持 母子健康手帳 申 事前に電話で同課

市民企画実践講座

就学前後育児講座

小学生生活に不安のあるお子さんへの対応

生涯学習課・☎431311

FAX 431315

▼2月27日(水) 時 午後7時〜9時 講 とちのみ会・臨床発達心理士・藤原雄一さん 題 発達障がい
 の理解と対応

▼2月28日(木) 時 午前10時〜正午 内 『足利市の特別支援教育』、座談会『子育てウチの場合』
 講 学校教育課特別支援教育担当、こども課、保険年金課、障がい福祉課、保護者

《共通》内 小学校入学前後の発達障がいのある子どもへの支援について
 場 生涯学習センター 対 年少から小学生の保護者とその支援者
 申 事前に電話かファクスで同課※託児あり(1人1回500円、2月20日(水)締切)。あしかが子育て応援ネット企画・運営。



人工肛門・人工膀胱を
持つ方への講演会・相談会

栃木県オストミー協会(岩田)

☎430144

《共通》時 2月10日(日)/午後1時〜4時 場 市民会館101会議室
 内 講演(免疫力と治療力)、相談会・経験交流会 講 独協医科大学
 講師・齋藤ゆみさん、足利赤十字病院看護師・別府薫さん、
 佐野厚生総合病院看護師・中山美智子さん 対 人工肛門、人工膀胱を保有している方 申 事前に電話で同協会

『はたちの献血』

キャンペーン月間

栃木県赤十字血液センター

☎028-659-0114

▼2月13日(水) 時 午前10時〜正午、午後1時〜4時 場 スーパー
 ビバホーム足利堀込店駐車場※
 栃木県損害保険代理業協会両毛支部主催。

▼2月19日(火) 時 午前10時〜正午、午後1時〜4時 場 アピタ・
 コムファースト駐車場※足利南

近い場所へは
『歩き』『自転車』で!

環境政策課・☎202151

自動車をなるべく使わずに健康と環境にやさしい生活を。スマートウエルネスで



COOL CHOICE

ライオンズクラブ主催。

▼2月22日(金) 時 午前10時〜正午、午後1時〜4時 場 足利市役所駐車場

▼3月8日(金) 時 午前9時30分〜11時 場 県庁足利庁舎駐車場(伊勢町四丁目)

《共通》対 16歳から69歳までの健康な方 持 献血カードまたは本人確認できるもの(運転免許証、健康保険証など)※性感染症の検査目的は不可。性感染症検査は、毎週火曜日の午後1時から2時まで安足健康福祉センター(☎415897)で実施(要予約)。



忘れていませんか？

高齢者肺炎球菌予防接種

健康増進課・☎④03115

接種期限 **3月31日**(日)まで

☑30年度の『肺炎球菌接種助成券』が送付された方で、これまでに自費を含めて1度も接種したことがない方

※接種費用の助成対象年度は
生涯1回のみ。

※接種期限を過ぎると
助成は受けられません。



認知症介護者家族交流会 オレンジ会

元気高齢課・☎②02246

☑2月26日(火)／午後1時30分～3時
☑生涯学習センター ☑介護をする方同士で不安や苦勞を語り合う

☑事前に電話で
同課



たかろばカフェ

元気高齢課・☎②02135



会場・連絡先	時間	2月	3月
高齢者複合支援施設 喜重苑(今福町) ☎②3940	午前11時 ～午後3時	4日(月) 18日(月) 25日(月)	4日(月) 11日(月) 18日(月) 25日(月)
	午後1時30分 ～4時	19日(火)	19日(火)
ピーターパン (元学町) ☎④1281	午後1時30分 ～3時30分	13日(水)	13日(水)
デイサービスセンター さくらの里(常盤町) ☎④8817	午後1時30分 ～3時	21日(木)	21日(木)
特別養護老人ホーム こはく苑(堀込町) ☎③5890	午前10時 ～午後2時	24日(日)	31日(日)
デイサービスくのん (西砂原後町) ☎④8895	午前10時 ～11時30分	16日(土)	16日(土)

☑認知症の方や家族同士の交流の場 ☑お茶代など
各会場による ☑事前に電話で各会場

専門職による個別健康相談

健康増進課・☎④03115

2月			3月		
8日(金)	午前	歯食	8日(金)	午前	歯食
25日(月)	午前	歯食	15日(金)	午後	歯食
28日(木)	午後	健	20日(水)	午前	健



☑保健センター
☑事前に電話で同課
※1組45分程度。

☑=歯科衛生士による歯と口の相談
☑=管理栄養士による食事の相談
☑=看護師などによる健康相談

休日夜間急患診療所

足利赤十字病院健診棟 1階内

内科・小児科 ☎②01556

▷日曜・祝日=午前10時～午後4時
▷夜間(毎日)=午後7時～10時

歯科 ☎②01557

▷日曜・祝日=午前10時～午後1時



生き生き元気のつどい

元気高齢課・☎②02135

会場	時間	2月	3月
織姫公民館	午前 10時 ～ 11時 30分	19日(火)	19日(火)
助戸公民館		20日(水)	20日(水)
三重公民館		12日(火)	12日(火)
山辺公民館		21日(木)	14日(木)
北幸楽荘		25日(月)	25日(月)
富田公民館		8日(金)	8日(金)
山前公民館		8日(金)	8日(金)
毛野体育館		14日(木)	14日(木)
東幸楽荘	午後 2時 ～ 3時 30分	7日(木)	7日(木)
西幸楽荘		13日(水)	13日(水)
南幸楽荘		27日(水)	27日(水)
北郷公民館		14日(木)	14日(木)

☑認知症予防や介護予防のための軽い体操、脳のトレーニング、講話など ☑おおむね65歳以上の方 ☑事前に電話で同課