

# 令和元年度 みらい健康マイレージ対象事業

10月1日現在

	イベント・教室名	開催日	場所	対象者	申込
健康づくりの事業	きぼう食の会 会員養成講座	9月24日、10月29日 11月26日、12月17日 1月28日  (申込期間終了)	保健センター	20歳以上の方で、きぼう食の会会員として活動できる方	要
	がん予防講演会	10月8日(火)	まなびの郷	一般	要
	腰痛予防教室	10月26日(土)	保健センター	一般	要
	たのしく踊ってからだ スッキリ教室	10月3日、10月17日 10月31日、11月14日 11月28日、12月12日 1月14日、1月21日 2月4日、2月18日 2月25日、3月3日	保健センター	20歳以上の運動することに支障のない方	要
	みなとフェスティバル 血液検査	10月20日(日)	みなとフェスティバル会場	20~59歳	不要
	健康チェックデー	11月24日(日)	保健センター	一般	不要
	糖尿病負荷検査	1月25日(土)	保健センター	40歳~59歳	要
	糖尿病予防講演会	3月頃予定	保健センター	一般	要
母子保健事業	パパ・ママ教室	6月14日、9月13日 12月13日、3月13日	保健センター	妊婦とその家族	要
	離乳食教室	4月9日、6月11日 8月6日、10月8日 12月10日、2月4日	保健センター	生後7・8か月児の保護者	要
	子育てワークショップ	5月30日、10月31日 2月29日	保健センター	1歳~未就学の子を持つ保護者	要
	おっぱい教室	偶数月第4水曜日	保健センター	妊婦・授乳中の方	不要

【申込み・問合せ】 紀宝町役場 みらい健康課 電話：0735-33-0355