

## 乳幼児のいる ママ達へのお知らせ

すくすく・ぱぱく教室

**日程** 11月9日(水)  
**時間** 午前10時～12時  
**場所** 保健センター  
**対象** 1才くらいまでの児と保育者

**持ち物** バスタオル一枚  
**申込み** 7日までに保健センターへ

## のびのびサークル

**日程** 11月18日(金)  
**時間** 午前10時～11時半  
**場所** 保健センター  
**対象** 幼児(入園前)とその保育者

**申込み** 14日までに保健センターへ。

**連絡** 簡単おやつを作ります。エプロン、三角巾、タオルをご用意ください。

## 育児相談

**日程** 11月25日(金)  
**時間** 午前10時～11時  
**場所** 保健センター

## ステップアップ 教室

体重1kg、塩分1gを減らし生活習慣病を予防して行きましょう。

食生活改善推進員がわかりやすく実習とお話しをします。

### 日時

11月29日(火)

午前10時～午後1時

### 場所

いぶき会館 2階

### 内容

500カロリ・減塩1gの調理実習と試食

### 費用

無料

\*エプロン、三角巾をお持ちください。

○お申し込み、お問い合わせ

11月22日(火)まで

保健福祉センター

☎63-1311

管理栄養士 藤井

または、お近くの食

生活改善推進員の方へ

## 男性料理教室 参加者募集

男性の方も楽しくお料理を作ってみませんか。食生活改善推進員が親切に指導します。

### 日時

12月2日(金)

午前10時～午後1時

### 場所

いぶき会館 2階

### 内容

楽しく作れるバランス食

### 費用

無料

\*村内の男性に限りま

\*エプロン、三角巾をお持ちください。

○お申し込み、お問い合わせ

11月25日(金)まで

保健福祉センター

☎63-1311

管理栄養

士 藤井ま

たは、お近

くの食生活

改善推進員

の方へ



## 11月の当番医予定表



※ 診療時間は午前9時から午後5時までです。できるだけ時間内に受診して下さい。  
※ 急患のための当番医制度ですので、緊急患者以外の受診はご遠慮願います。  
※ 在宅待機のため、原則として往診は致しません。 ※ 専門外の疾患の場合は対応しかねることもあります。

日	科	内科	外科	休日夜間当番病院
3日(木)		小池医院 東吾妻町 (67)2030	原町赤十字病院 東吾妻町 (68)2711	原町赤十字病院 東吾妻町 (68)2711
6日(日)		吾妻脳外科循環科 東吾妻町 (68)5211	原町赤十字病院 東吾妻町 (68)2711	原町赤十字病院 東吾妻町 (68)2711
13日(日)		東吾妻町診療所 東吾妻町 (59)3010	吾妻さくら病院 中之条町 (75)3055	吾妻さくら病院 中之条町 (75)3055
20日(日)		田島病院 中之条町 (75)3350	原町赤十字病院 東吾妻町 (68)2711	原町赤十字病院 東吾妻町 (68)2711
23日(水)		四万診療所 中之条町 (64)2136	原町赤十字病院 東吾妻町 (68)2711	原町赤十字病院 東吾妻町 (68)2711
27日(日)		加地医院 東吾妻町 (68)2103	吾妻さくら病院 中之条町 (75)3055	吾妻さくら病院 中之条町 (75)3055