

# パパママ学級



新米パパとママのための教室です。これから迎える出産や育児に向けて、ご家族で楽しく学べます。開業助産師による出産の話やリラックス法、沐浴体験ができます。ご予約の上、ぜひご家族で参加ください。

- 日 時：3月10日(日) 13:30～15:30
- 場 所：オアシス篠栗
- 定 員：10組
- 参加対象：初産婦さんとご家族
- 予約方法：2月13日(火)から電話またはネットで予約。



定員になり次第締め切ります

## あなたの相談にのります

65歳以上の方！介護予防教室で元気になりませんか？

町ではさまざまな介護予防教室を実施しています。最近、「足の上りが悪くなった」「つまずきやすくなった」等、筋力の低下を感じる方、同年代の友達がほしい方、もっと元になりたい方、またその家族の方、ぜひ一度ご相談ください。

▼町の介護予防教室は以下の教室があります(詳しくはP12をご覧ください)

- ①元気もん教室～ゆっくり編～
- ②元気もん教室～しっかり編～
- ③いきがい教室
- ④はつらつ教室/あゆみ
- ⑤歩こう会
- ⑥出前講座



相談窓口 ①～⑤福祉課 地域包括支援係 ☎948-6650  
⑥福祉課 高齢者支援係 ☎947-1347

医療法人 高坂会

### 篠栗

### たかさき脳神経外科クリニック

篠栗町尾仲 101-2 tel.092-931-5222

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:45～12:30	○	○	○	○	○	○
午後 14:00～18:00	○	○	—	○	○	—

休診日：水・土曜午後 / 日曜・祝日

### 安心の先にある幸せへ。

第一生命は創業以来、生命保険を通じて安心をお届けしてきました。人生100年時代を迎え、一人ひとりの価値観が多様化する今、もっと私たちにできることがあるはず。笑顔、夢、希望があふれる毎日と未来のために、私たちは生命保険の枠を超えて、一人ひとりの「クオリティオブライフ(QOL)」向上に貢献していきます。「一生涯のパートナー」として、できることを、まっすぐに。

第一生命保険株式会社  
福岡総合支社 博多東営業オフィス

〒813-0034 福岡県福岡市東区多の津4-7-5 KNセンタービル3F  
TEL 050-3782-6704 受付時間 平日午前10時～午後5時  
第一生命ホームページ <https://www.dai-ichi-life.co.jp/>

### 健康は自らが贈る最高の宝



健寿

KENTOSU

健康診断以外の  
申込み・お問い合わせ先

オアシス篠栗 ☎947-8888  
月～金曜日(祝日は除く) 8時30分～17時

ネット予約

ささぐり健康情報サイト「ぐりなび」  
<https://sasaguri-town.city-hc.jp/>

24時間いつでも  
予約可



日	月	火	水	木	金	土
2024 1 7 14 21 28	2024 2 8 15 22 29	2024 3 10 17 24 31	31	1	2 *離乳食教室(初期・中期) (対象:4か月～8か月)13:30～14:30	3
4	5	6 *1歳6か月児健診 (令和4年7月生まれの子)	7 *3歳児健診 (令和3年1月生まれの子) *のびのびクラブ(あひる) (対象:2歳～就園前)10:00～11:30	8 *2歳児歯科健診 (令和4年1月生まれの子)	9 *エンジェルクラブ (対象:妊婦～産後4か月)11:00～12:00 *結果説明会(予約制)	10
11 建国記念の日	12 振替	13 *パパママ学級・ 離乳食教室予約開始 (3月分)	14 *マタニティ教室(出産編) 13:30～15:00	15	16	17 *結果説明会(予約制)
18	19	20 *すまいるクラブ (対象:5か月～1歳未満)13:30～14:30	21 *エンジェルクラブ (対象:妊婦～産後4か月)11:00～12:00	22	23 天皇誕生日	24
25	26	27	28 *4か月児健診	29 *10か月児健診	1	2

◎今月の心配ごと相談は、13日(火)と27日(火)です。(10:00～12:00)  
お問い合わせ先:篠栗町社会福祉協議会 ☎947-7581