ウォーキングの為の施設無料開放のお知らせ

雪が降っても、屋内でウォーキングができます。ご利用ください。
（予約利用者がいる場合には、利用できません。ご了承ください。）

期間　平成27年12月１日から平成28年３月31日まで

保健だより

このページに関するお問い合わせは
保健福祉課健康づくり係へ
☎56−2111 内線276・277

ところ	健康福祉センター　２階大会議室	Ｂ＆Ｇ海洋センター体育館 （ノルディックウォーキングができます！）
と　き	毎週月曜日～金曜日（祝日は除く）	火曜日・金曜日（祝日、休館日は除く）
時　間	午前９時～午後５時	午前９時～午前11時
服　装	運動しやすい服、靴を用意して下さい。	 運動しやすい服でお越しください。 屋内で履ける運動靴を持参ください。
その他	• 暖房は入れていないため、見合った服装でお越しください。 • 運動中の事故については、利用者の責任にてお願いします。	• ノルディックウォーキング用のポールを３セット程度用意します（レンタル無料） • ご自分で使用されているノルディックウォーキング用ポールをお持ちの方は、先端にゴム製の部品を取り付けてください。 • 簡単な障害物を設置するコースも用意します。
問合せ先	保健福祉課健康づくり係 （内線276・277）	海洋センター（59−1216）

子どもの予防接種

予約・お問い合わせは接種予定日の１週間前までに保健福祉課健康づくり係へ

ワクチン名	小平診療所		鬼鹿診療所
	10：30～11：00	14：00～14：30	14：00～14：30
ＢＣＧ・おたふくかぜ・みずぼうそう麻しん風しん混合	４月６日（水）	４月20日（水）	４月12日（火）、19日（火）
四種混合・不活化ポリオ小児肺炎球菌・ヒブ	４月13日（水）	４月27日（水）	４月５日（火）、26日（火）
子宮頸がん（希望者のみ）	４月６日（水）、13日（水）、20日（水）、27日（水） **※受付は16時まで**		４月５日（火）、12日（火）、19日（火）、26日（火）

※５月分以降の予防接種の日程は、広報４月号にてお知らせします。