

## 小平町子育て世代包括支援センター ～妊娠・出産・子育ての総合相談窓口を設置しました～

子育て世代包括支援センターとは、「妊娠期」から「子育て期」までの様々な悩み・質問・相談に応じる総合相談窓口です。保健師・栄養士がお話をお聞きし、その内容に応じた相談先（医療機関・幼稚園・学校等）と連携して子育てを支援していきます。

「不妊で悩んでいる」「はじめての妊娠で不安」「赤ちゃんが泣いてばかりでつらい」「離乳食は何をあげたらいいの？」等のお悩みはありませんか？相談の内容に応じて、ご家庭への訪問や健康福祉センターでの相談を行います。また、お電話での相談も受け付けていますので、お気軽にご連絡ください。

### ■不妊症・不育症治療費の助成について

町では、医療機関で不妊治療・不育症治療を受けられているご夫婦に対し、費用の一部を助成しています。助成内容や申請方法等の詳細については、お問い合わせください。

■受付時間 月～金曜日（祝日・年末年始を除く）  
午前8時30分～午後5時15分

◎問い合わせ先 小平町子育て世代包括支援センター  
保健福祉課健康づくり係内（内線 269・276・277）



## 「げんきアップ体操教室」を開催します

健康運動指導士、歯科衛生士の講師による、介護予防のための体操教室を、3つの会場で実施します。イスに座ったままで取り組める内容になっています。

参加をご希望の方は、日程表を送付いたしますので下記までご連絡ください。

- 対象 小平町にお住まいで原則65歳以上の方
- 期間 10月～1月まで開催予定  
毎月1～3回、原則火曜日（変更もあり） 各会場10回
- 時間 午前10時00分～午前11時30分または午後1時30分～午後3時00分
- 場所 〈小平〉健康福祉センター  
〈鬼鹿〉群来る  
〈寧楽〉寧楽母と子の家
- 講師 深川ア・エール 健康運動指導士 ほか



※ご希望に応じ、送迎いたしますので、お申し出ください。

※体操に参加すると、1回につき高齢者ポイント（1ポイント）がもらえます。

※動きやすい服装、運動靴、飲物が必要となります。（運動靴は小平・鬼鹿会場のみ必要）

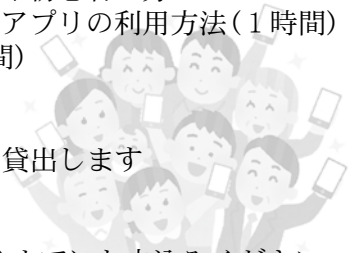
◎問い合わせ先 小平町地域包括支援センター（内線 274・275）又は鬼鹿支所（☎ 57-1111）

## 第2回スマートフォン教室の開催について

9月から開催しているスマートフォン教室の第2回を開催いたします。

「スマートフォンを使いたいけど踏み出せない」、「スマートフォンを持っているけど使い方がわからない」という方へ、この機会にぜひご参加ください。

- 対象 小平町にお住まいでスマートフォンを体験してみたい方や初心者の方など
- 教室の内容 第2回 基本操作編 アプリのインストール方法・地図アプリの利用方法（1時間）  
インターネットの利用方法（1時間）
- 日時 第2回 10月25日（水） 13時30分～15時45分
- 場所 小平町健康福祉センター2階 集団研修室
- 持ち物 スマートフォン ※お持ちでない方はスマートフォンを貸出します
- 参加費用 無料
- 定員 10名程度（要予約）
- 申し込み方法 下記の申し込み・問合せ先または各支所へ10月13日（金）までにお申込みください
- 今後の予定 第3回 応用操作編：メールの利用方法  
SNS・コミュニケーションアプリの利用方法【11月27日（月）開催予定】  
※広報おびら 11月号でお知らせいたします。



◎申し込み・問い合わせ先 企画振興課企画振興係（内線 207・208・289）