

2月のイベント

★地域子育て支援拠点事業

ひろば名	内容	場所	
こじか ☎ 68-0055	1日(水) 親子リトミック 8日(水) 親子体操 15日(水) 親子ダンス 22日(水) 親子リトミック 29日(水) 親子体操	自由活動日…土曜 こじかのBambi…木曜の午前10時～ 正午は0歳児対象。 その他、わらべ歌・絵本 など	こじかひろば(水・土) (桜山保育園) こじかのBambi(月・火・木・金) (増永1800番地)
なかよしひろば ☎ 62-0749	2日(木) 造形あそび 9日(木) ソフトエアロビ 16日(木) リズムあそび 23日(木) 親子体操	自由活動日…月曜・火曜	なかよし保育園
カンガルーポケット ☎ 65-8655	7日(火) 英語遊び 14日(火) 体育遊び 21日(火) 音楽遊び	自由活動日…水・木、3日(金)、28日(火) 歌遊び、制作遊びなど。	カンガルーハウス (カンガルー保育園前)

いずれも午前10時～午後3時、参加費は無料(土・日、祝日は休園)。
各ひろばでは、月～金に園庭開放・電話相談を行っています。

★子育てサークル・クラブのひろば

●詳しくは各サークルにお問い合わせください。掲載希望の人は秘書広報課(☎63-1157)までお問い合わせください。営利・宗教・政治目的のものは掲載できません。提出締切は毎月10日(休日の場合は直前の平日)です。



日	時間	サークル名・内容(場所・対象・参加費・持ち物)など	問
6(月)	10:30～	あはは 未定/こじかのBANBI(増永)にて/参加費 未定/要予約 詳しくは http://ahaha-smile.jugem.jp/	平尾 ☎090-2397-0358
8(水)	11:00～	バレエストレッチサークル 育児ママ応援さーくる LesAnges スタジオアンシャンテ(菰屋北)にて/4歳以下の子がいるママ/無料(託児実費)	武市 ☎080-3373-2821
8(水)	10:15～11:30	ゆりかご広場 運動あそび! ボール・タオルを使って/みやじま幼稚園にて/無料	みやじま幼稚園 ☎62-6234
9(木)	13:00～	あははマタニティ 妊婦さん対象/こじかのBANBI(増永)にて/参加費未定/要予約 詳しくは http://ahaha-smile.jugem.jp/	西山 ☎090-7580-5664
13(月)	10:30～	あはは 未定/こじかのBANBI(増永)にて/参加費・円/要予約 詳しくは http://ahaha-smile.jugem.jp/	平尾 ☎090-2397-0358
15(水)	11:00～	バレエストレッチサークル 育児ママ応援さーくる LesAnges スタジオアンシャンテ(菰屋北)にて/4歳以下の子がいるママ/無料(託児実費)	武市 ☎080-3373-2821
17(金)	10:30～12:00	母と子のサロン ラクテア ベビマ 助産師主催、発達を促すベビーマッサージ/保健センター2階会議室にて/生後2カ月～ハイハイ頃、定員20人/オイル代のみ500円/前日までに要予約	古賀 ☎080-4312-7487 lactea.39luna.2038@softbank.ne.jp
20(月)	10:30～	あはは 未定/こじかのBANBI(増永)にて/参加費・円/要予約 詳しくは http://ahaha-smile.jugem.jp/	平尾 ☎090-2397-0358
22(水)	10:15～11:30	ゆりかご広場 親子で思いでカードを作ろう/みやじま幼稚園にて/無料	みやじま幼稚園 ☎62-6234
25(土)	9:45～11:30	わくわくランド お店屋さんごっこ/小嶋幼稚園にて/無料/水筒・手拭きタオル・帽子持参/23日(木)までに要連絡	小嶋幼稚園 ☎68-1104
27(月)	10:30～	あはは 未定/こじかのBANBI(増永)にて/参加費・円/要予約 詳しくは http://ahaha-smile.jugem.jp/	平尾 ☎090-2397-0358

★おはなし会へどうぞ!

市立図書館では、絵本の読み聞かせやパネルシアターなどを行っています。どのおはなし会も参加費無料です。

日時・場所	内容
3日(金) 午前11時～ マナビの間	ぴよぴよおはなし会 0～2歳児対象のおはなし会。 手遊び・ミニえほん講座も開催。
11日(土) 午後2時～ マナビの間	ぐりとぐらのおはなし会 ボランティア「ぐりとぐらおはなしの会」による、歌って手遊びや、パネルシアターなどのあるおはなし会。
17日(金) 午前11時～ みどり蒼生館	乳幼児おはなし会 ボランティア「ぐりとぐらおはなしの会」によるおはなし会。エプロンシアター、手品など。

※「マナビの間」は市立図書館と同じ建物の中央公民館ロビーに設置しています。

☎市立図書館 ☎63-2379

●市立図書館2月の休館日●

1日(水)、8日(水)、15日(水)、
20日(月)～29日(水)

●市立図書館特別整理休館日●

市立図書館では、2月20日(月)～29日(水)の10日間、図書館を休館して蔵書の一斉点検を行います。特別整理休館中は、貸出、資料の調査、お問い合わせなど全ての業務をお休みします。返却は正面玄関前の返却ポストをお願いします。

☎市立図書館 ☎63-2379

人間ドック特別企画

市民病院では、加入健保の助成金制度がない個人を対象に、当院の通常人間ドックコースより低額のコースを紹介しています。

検査項目や申し込み方法など、詳しくはお問い合わせください。

☎市民病院健康管理センター ☎62・4480

年度未限定 日帰り胃カメラコース

- 検査内容 当院通常日帰りドックコース(乳かん・子宮頸がん検診を除く)
 - 料金 2万5千円(通常日帰りドックコースは3万6千750円)
 - 検診予定時間 午前8時30分～午後1時頃(昼食込)
 - 受診期限 平成24年4月未だの月々金曜
- 胃カメラ希望…月々金曜
バリウム希望…火・水・木曜

日帰り胃・大腸カメラコース

- 検査内容 当院宿泊ドックコース(糖負荷検査・乳がん・子宮頸がん検診を除く)
 - 料金 4万5千円(通常宿泊ドックコースは5万8千円)
 - 検診予定時間 午前8時30分～午後5時頃
 - 受診期限 通年実施(火・木)
- ※個室利用・軽食あり

※平成24年度の検診の受け付けも行っていきます。
※荒尾市乳がん・子宮頸がん検診(クーポン使用)の予約は2月15日(水)をもって終了します。

インフルエンザが流行しています!

インフルエンザにかからないためには、日常生活ではまず体調を整えて抵抗力をつけ、ウイルスに接触しないことが大切です。

自分自身や家族をインフルエンザから守るために、次の4点には特に注意しましょう。

- ①外出後に手洗い・うがいをする
手洗いは接触による感染を、うがいは喉の乾燥を防ぎます。
- ②適度な湿度を保持する
ウイルスは低温・低湿を好み、長時間空気を漂っています。加湿器などで室内を適度な湿度に保ちましょう。
- ③休養と栄養を十分にとる
体力をつけて抵抗力を高めることで、インフルエンザに感染しにくくなります
- ④人混みや繁華街への外出を控える
マスク着用で、ウイルスを吸い込むことを防ぐことができます。
また、インフルエンザにかかった人がマスクを着けることで、他人に感染させることを防ぐ効果があります。

テーマ：血糖測定について

血糖値を測定する大切さについてお話しします。また、実際に血糖値を測定してみます。気軽にご参加ください。

- 日時 2月10日(金)、午後2時15分～4時
 - 場所 地域医療研修センター(南病棟4階)
 - 参加費 無料(事前申込不要)
- ☎市民病院 ☎63-1115(代謝・内分泌内科外来)

**糖尿病教室
瑞鳳会
あなたも参加
しませんか!**

**看護師
随時募集中**
詳しくは
ホームページを
ご覧ください