

参加費
無料

健康チャレンジ大作戦!!

ヘルシースタート教室

～子育て世代の健康づくり～

育児や家事に忙しい毎日、自分の健康づくりはできていますか？
お子さん連れでも参加できる健康教室を開催します。

申し込み方法 ✿ お電話、または二次元コードで受け付けております

申し込み先 ✿ 健康増進課 0285-32-8905



日にち

対象

会場

締切

10月7日(水)

令和8年
4月～7月生まれの
赤ちゃんの保護者

ゆうゆう館
大ホール

9月30日(水)

✿ 時間

AM 10:00～11:30
(受付 AM 9:40～10:00)

✿ 定員

約 20 名
※事前申し込み必須

✿ 持ち物

- スリッパ
- バスタオル (お子さま用マットに敷くため)
- お子さんに必要なもの
(おむつやミルクなど)
- ゆうゆう館では、土足厳禁・ベビーカー
使用不可となっております



✿ 内容 ※調理はありません

- 健康についての講話
- かんたん野菜料理の試食
- バランスの良い食事について
- 離乳食のアドバイス付き

お申込みはこちらから

