

health 保健

おなかの赤ちゃんやお母さんの体調はいかがですか？
 ～両親学級のご案内～

安心して出産・育児ができるよう、教室を開催します。

日時 3月24日(金)
 午前9時～

・受け付けとマタニティ体験
 午前9時30分～正午

・マタニティヨガ
 ・妊娠中の肩こりや腰痛の解消法
 ・お産に役立つ動きやリラックスマッサージ



講師

運動指導士

対象者

市内在住の妊婦さんとそのパートナーの方

会場 安達保健福祉センター
 託児 無料

※事前に申し込みが必要です。
 ※託児を希望される方は、オムツや着替え、ミルクなどをお持ちください。

持ち物 母子健康手帳

申込期限 3月21日(火)

※申込方法など詳しくは左記までお問い合わせください。

◎問い合わせ・申し込み：

健康増進課保健係

☎(55)5110

二本松市健康マイレージ(ふくしま健民パスポート事業)の提出をお忘れなく

市民の健康づくりを目標に、県と連携協力して実施している二本松市健康マイレージの平成28年度分が間もなく終了となります。カード発行基準に達している方は、忘れずに提出してください。

台紙提出期限

3月10日(金)

※応募ハガキの引換期限、プレセントキャンペーンの応募締め切りも同日(消印有効)となります。

提出先

各保健センター、国保年金課、各支所地域振興課

カード発行基準

カード種類	ポイント数
ノーマル	300
シルバー	600
ゴールド	1,000
プラチナ	2,000

平成27年度にカードを取得した方は、該当するカードのポイントを台紙の獲得ポイント欄に記入し、提出してください。

◎問い合わせ：

健康増進課予防係

☎(55)5109

あなたの身近に悩んでいる人はいませんか？ゲートキーパー養成講座

ゲートキーパーとは：

悩んでいる人に気付き、声を掛け、話を聞いて、必要な支援につなげ、見る人のことをいいます。



悩んでいる人に気付き、温かい言葉を掛けることは、大切な命を守ることもつながります。

ります。

身近で悩んでいる方やちょっと様子が心配な方に気付き、見守り、必要な支援について考えてみませんか。

「どんな言葉を掛けたいの？」「見守るってどうやって？」を具体的に解決するために講座を開催しますので、ぜひご参加ください。



日時 3月8日(水)

午後1時30分～3時

場所

安達保健福祉センター

講師

西口ハートクリニック(株) ハートエンタープライズ

臨床心理士 山本亮子氏

受講料 無料

申込期限 3月3日(金)

◎問い合わせ・申し込み：

健康増進課予防係

☎(55)5109

未来へ続くあたらしい“ふるさと”

SEKISUI HOUSE コモンステージ安達

商業施設にぎわう安達に大型分譲地誕生！ 造成完了！先着申し込み受付中！

見学・詳しい資料をご希望の方は、フリーダイヤルまでお問い合わせください。 ※「広報にほんまつ」を見たスタッフまでお伝えください。

■コモンステージ安達 全体概要 ●開発許可番号/二本松市指令都計24号 ●農地転用許可番号/福島県指令農支第383号 ●開発総面積/22,756.60㎡ ●総区画数/65区画 ●安達グラウンド南地区計画有 ●道路幅員9m・6mアスファルト舗装 ●設備/電気東北電力、ガスプロパンガス、上水道公営、下水道公共下水、雨水側溝 ●造成完了/平成28年12月

宅建業免許:国土交通大臣免許(14)第540号 建設業許可:国土交通大臣許可(特・般-27)第5295号 (一社)不動産協会会員(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟

売主 積水ハウス株式会社 福島支店 〒960-8073 福島市南中央4-21-2 TEL.024-536-3333 営業時間/9:00～18:00(火・水曜・祝日定休)

0120-23-3468 コモンステージ安達

安達運動場、安達中学校、コメリパワー、ベイシア、安達駅、東北本線、二松市役所安達支所、油井小学校、コープマーケット