

保険健康だより

◎申込み・問合せ 保健センター ☎885-3131

講座名	と き	ところ	内容等
ソナエル健康塾	2月12日(木) 9時30分～11時30分	町民センター	持参物 タオル、バスタオル、お茶、筆記用具、体操マット 申込締切 開催日の前日 (初めて参加される方のみ) ※100万歩1～4年目までの方
	2月26日(木) 9時30分～11時30分		
ツヅケル健康道場	2月4日(水) 9時30分～11時30分	町民センター	持参物 タオル、バスタオル、お茶、筆記用具、体操マット ※100万歩5年目以降の方
	2月18日(水) 9時30分～11時30分		
筋力アップ教室	2月3日(火) 9時30分～11時30分	横浜ふれあいセンター	持参物 タオル、バスタオル、お茶、筆記用具 申込締切 開催日の前日 (初めて参加される方のみ)
	2月3日(火) 13時～15時	町民センター	
	2月27日(金) 13時30分～15時30分	小屋浦ふれあいセンター	
母親学級 要申込	2月9日(月) 14時～15時30分	保健センター	内 容 沐浴実習 持参物 手拭きタオル
	2月16日(月) 14時～15時30分		内 容 丈夫な歯を作ろう 妊娠中の栄養について ※希望者は、なかよしハウスの見学に参加できます。
	2月24日(火) 14時～15時30分		内 容 安産体操・呼吸法 持参物 運動のできる服装
さかっ子ひろば (育児相談・ 歯科相談)	2月10日(火) 13時15分～13時55分受付	保健センター	内 容 計測、健康相談、栄養相談 対 象 0～8か月の赤ちゃん
	2月13日(金) 13時15分～13時55分受付	保健センター	内 容 計測、健康相談、栄養相談 歯科相談 対 象 9～12か月の赤ちゃん
2歳児歯科相談	2月25日(水) 午後 個別にお知らせします	シモハナ Hall	令和5年6月9日～9月18日生まれの子
もぐもぐ教室 要申込	2月18日(水) 10時～11時30分	保健センター	内 容 離乳食講習会 対 象 令和7年7月生まれの子
ごっくん教室 要申込	2月26日(木) 10時～11時30分	保健センター	内 容 離乳食講習会 対 象 令和7年10月生まれの子
ひよこ教室 要申込	2月24日(火) 10時～11時30分	保健センター	内 容 ベビーマッサージ 対 象 令和7年10月～12月生まれの子
こども教室 要申込	2月17日(火) 9時30分～12時 ※希望者は午後の相談もあり	保健センター	遊びを通じて、専門職が子供の発達や状況を客観的にとらえ、かわり方を一緒に考えアドバイスします。

※ソナエル健康塾、ツヅケル健康道場、筋力アップ教室は運動ができる服装、靴で参加してください。

坂町公式LINEでスポーツの結果を受け取りたい方は

受信設定 欲しい情報で「☑スポーツの結果」を選択してください。

まちかどニュース・相談

天皇盃第31回全国都道府県対抗男子駅伝競走大会

1月18日(日)に天皇盃第31回全国都道府県対抗男子駅伝競走大会が開催され、水戸 拓真さん(坂中学校3年)が6区に出走し、5人抜きの快走で区間3位と健闘しました。

また、広島県チーム6区の歴代の最速記録を更新しました。



相 その悩み相談してみませんか

	と き	ところ	申込み・問合せ
保健・福祉の相談	平日9時～17時 第2・4(土)8時30分～12時30分	役場1階 相談予約はこちら→ 	保健・福祉総合相談室 ☎820-1550
消費生活相談	毎週木曜日 9時～16時	役場2階 企画財政課	役場消費生活相談窓口 ☎820-1535
こころの健康相談 要予約	2月13日(金) 13時30分～15時30分	海田町役場 担当 瀬野川病院医師 申込期限 2月9日(月)	広島県西部保健所 広島支所 ☎513-5521
	2月24日(火) 13時30分～15時30分	熊野町地域福祉会館 担当 浅田心療クリニック医師 申込期限 2月20日(金)	
弁護士による 無料法律相談 要予約	2月16日(月) 9時30分～12時30分	平成ヶ浜福祉センター 担当 いちじょう法律事務所	坂町社会福祉協議会 ☎885-2611

相 第36回市民公開講座「知れば安心 学べば納得 相続の話」 相続・遺言に関する相談会(無料)同時開催

相続手続チェックブック
などを無料配布

と き 3月15日(日)

相談会 10時30分～12時20分
(先着12組・予約優先)
(無料)



申込み

講演会 13時30分～16時(先着120名)

【第1部】相続手続の進め方について～チェックブックの活用～
【第2部】相続で困らないために～相続登記義務化と遺言書作成～
【第3部】楽しく学ぶ「相続登記」塾



申込み

ところ 広島司法書士会館(広島市中区上八丁堀6番69号)

対象 一般市民

申込み 3月3日(火)までにQRコード・はがき・FAXにて申込みください。

第36回市民公開講座参加希望、住所、氏名、電話番号を明記

〒730-0012 広島市中区上八丁堀6番69号 広島司法書士会 FAX223-4382

問合せ 広島司法書士会 ☎221-5345