

**保津川亀友ランニングまたは
ノルディックウォークの集い
参加者募集**

と き 9月20日(土)
受け付け:午前8時45分から
9時15分
スタート:午前9時45分
※小雨決行
ところ 保津文化センター集合
種 目 3km、6km、9km、12km、
15kmのコース
コース 保津川左岸:保津文化
センター前スタート・フィニ
ッシュ片道1.5km往復コース
対 象 健康な人であればどな
たでも。(小学生以下は保護者
同伴)
参加料 1人100円(当日徴収、
保険料込み)
申し込み 問 開催日の前日まで

に郵便番号、住所、氏名、年齢、
電話番号、参加種目をご記入
の上、電話またはFAXで(公
財)市体育協会
TEL24-8385、FAX25-5254まで
※当日の申し込みもできます。
※自己計測の為、時計を必ず持
参してください。

生涯スポーツデー

と き 9月13日(土)
午前9時~正午
ところ 運動公園体育館
対 象 市内在住・在勤・在学の人
種 目 バドミントン、バスケ
ットボール、卓球、ソフトバレ
ーボール、障害者スポーツ(卓
球バレー)など
参加料 200円(中学生以下、

60歳以上は100円・障害のある
人は無料)
申し込み 当日受け付け
問 (公財)市体育協会
TEL24-8385、FAX25-5254

**9月度亀岡市民ボウリング
月例会参加者募集**

と き 9月12日(金)
午後8時15分集合
午後8時30分試合開始
ところ アル・プラザボウル(篠町)
対 象 どなたでも
種 目 個人戦4G(男女年齢別
ハンディ有)
参加料 2,000円
申し込み 当日受け付け
問 市ボウリング協会
TEL20-1003、FAX20-7040

保健センターからのお知らせ

問 健康増進課 TEL25-5004、FAX25-5128

| 事業名 | と き | ところ | 対象・内容など |
|---|--|------------------|---|
| 乳幼児健康診査 <small>※最近の転入などで通知もれ や、当日受診できない人は連 絡してください。</small> | 4カ月児健診 9月18日(木)、19日(金) <small>※日程は個別に通知します。</small> | 保健センター | 対 象: 健診日に3~4カ月になる乳児 持ち物: 母子健康手帳、乳幼児健康診査問 診票、バスタオル |
| | 11カ月児健診 9月16日(火)、17日(水) <small>※日程は個別に通知します。</small> | | 対 象: 健診日に10~11カ月になる乳児 持ち物: 母子健康手帳、乳幼児健康診査問 診票、バスタオル |
| | 1歳6カ月児健診 9月11日(木)、12日(金) <small>※日程は個別に通知します。</small> | | 対 象: 健診日に1歳6~7カ月になる幼児 持ち物: 母子健康手帳、乳幼児健康診査問 診票 |
| BCG集団接種 <small>※最近の転入などで通知もれや、 当日受診できない人は連絡し てください。</small> | 9月25日(木) <small>※受付時間は個別に通知 します。</small> | 保健センター | 対 象: 接種日に6~7カ月になる乳児 持ち物: 母子健康手帳、BCG予防接種 予診票、バスタオル |
| もぐもぐ離乳食教室 ~これから楽しく 《予約制》 始めよう~ <small>※託児希望も併せて受け付け ます。</small> | 9月24日(水) 午後1時30分~3時30分 | 保健センター | 対 象: 生後5カ月ごろの乳児の保育者 内 容: 離乳食の進め方の話と調理実習 持ち物: エプロン、4カ月児健診時にお渡 した「もぐもぐごっくん」の冊子、母子健 康手帳、バスタオル、オムツ、ミルクなど |
| 妊産婦・育児相談 《予約制》 <small>※計測のみの方も、予約してく ださい。</small> | 9月18日(木) 午前9時30分から | 保健センター | 対 象: 乳幼児とその保育者 内 容: 妊婦相談・乳幼児に関する育児や 栄養の相談、身体計測 持ち物: 母子健康手帳、バスタオル |
| パパママ教室 《予約制・先着16組》 | 9月20日(土) 午後1時30分~3時30分 (開始15分前から受付) | 保健センター | 対 象: 妊婦とその家族(妊婦1人でも参加 できます) 内 容: 育児体験、家族の妊婦体験 持ち物: 母子健康手帳 |
| 献 血 ~血液が不足しています。 皆様のご協力を~ | 9月14日(日) 午前10時~正午 午後1時~3時30分 | アル・プラザ亀岡 (篠町) | 対 象: 体重が50kg以上で、男性は17~ 69歳まで、女性は18歳~69歳までの健康 な人(65歳以上の献血については、60~ 64歳の間に献血経験がある人に限ります) ※400ml 献血限定 |

交通のルールとマナーを守り、交通事故を防止しましょう