

健幸づくり

【申込み・問合せ】

(がん検診・料理教室・健康相談・健康教室)
健幸保健課 成人保健係
住所：忠隈523番地
☎ 0948-24-4002 FAX 0948-25-8994

(オンライン育児相談)

子育て支援課 母子保健係
住所：新立岩5番5号
☎ 0948-43-3305 FAX 0948-21-9508

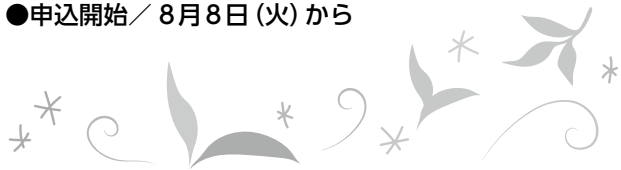
【健幸】 個々人が健康かつ生きがいを持ち、安心して豊かな生活を営むこと。
飯塚市は健幸都市をめざしています。

食生活改善推進員養成講座

- 対象／市内居住者で食生活改善に理解があり、講座修了後食生活改善推進員として活動できる人(修了するためには8割以上の出席が必要です)
- と き／9月12日・19日・26日、10月3日・10日・17日・24日・31日、11月7日・14日
* (いずれも火曜日) 10時～正午
- ところ／穂波交流センター
- 内容／食生活改善推進員になるための学習会(健康づくりや栄養の話、実習など)
- 参加費／無料
- 定員／10人
- 持参品／筆記用具(初回)
- 申込期限／9月5日(火)まで

こころとからだのセルフケア教室(健康教室)

- * 3回シリーズの教室です
- と き／①8月23日(水)
②9月20日(水)
③10月25日(水)
10時～11時
- ところ／立岩交流センター
- 内容／ストレス解消法やリラックス方法についてのストレッチ等を行います。
- 持参品／筆記用具・水分・体を動かしやすい服装
- 参加費／無料
- 定員／15人程度
- 申込開始／8月8日(火)から



離乳食教室(個別相談)

始め方が分からない、どんな風に作るのかな? 今後の進め方は? など離乳食に不安のある方を対象に、栄養士が個別で相談に応じます。

- と き／8月18日(金) 10時半～15時
9月15日(金) 10時半～15時
※30分間隔で予約を受け付けます
- ところ／穂波交流センター
- 申込期限／開催日の3日前まで
* 電話での相談は随時受け付けています

県産のりを使った料理教室

のり ■ 飯塚市食生活改善推進事業 ■
海苔はたんぱく質や食物繊維が多く含まれており、栄養価の高い食品です。しかし、使いきれず湿気ることもしばしば…料理教室に参加してレパートリーを増やしませんか?

- と き／8月21日(月) 10時～13時
- ところ／飯塚片島交流センター
- 参加費／500円 ●定員／15人
- 持参品／エプロン・三角巾・手拭き
- 申込期限／8月17日(木)まで

オンライン育児相談

Zoomを使用したオンライン育児相談を実施しています!

- 対象／就学前のお子さま
- と き／8月9日(水)、9月13日(水)、10月11日(水)、11月8日(水)、12月13日(水)、1月10日(水)、2月14日(水)、3月1日(金)
※1日3枠(①13時～、②14時～、③15時～)

ご希望の方は希望日の2日前までにQRコードからふくおか電子申請サービスへアクセスしてお申込みください。お使いの機器によってはZoomのアカウント(無料版も可)が必要な場合があります。



口腔がん検診

- 対象／40歳以上の男女
- と き／8月27日(日) 9時～12時半(予約制)
- ところ／飯塚市役所本庁
- 内容／専門医による視診
- 定員／先着40人
- 料金／600円
- 申込開始／8月8日(火)から

※下記に該当の人は料金が無料です。

- ①75歳以上の人
- ②75歳未満で次に該当される人 ※ () 内の証明書を必ずお持ちください。当日証明書がない場合は、有料になります。
 - ・後期高齢者医療被保険者証を持っている人(医療被保険者証)
 - ・生活保護世帯の人(医療カード)
 - ・本人および世帯員全員が市民税非課税の人(非課税世帯証明書)

※上記事業は悪天候等により延期・中止になる可能性があります。中止・延期の際はホームページ等でお知らせします。

※相談・教室等に参加する方は、マスク着用の上、お越しください。また、当日体調の悪い方は、参加を見合わせてください。