

福祉

ひとり親家庭の無料法律相談会

ひとり親家庭のお母さん・お父さんが、養育費の取り決めや離婚前後の問題、各種債務の返済等、解決困難な事例について弁護士による専門相談を受けられるよう無料法律相談会を行います。

☎ 5月17日(金) 13時～15時
 所 帯広市グリーンプラザ会議室A(帯広市公園東町3丁目9番地1)
 対 ひとり親家庭のお母さん・お父さん
 定 4名(※先着順) 参加費・託児無料(※事前申し込みが必要です)
 申 込 締 切 5月10日(金) まで

ひとり親家庭のための無料パソコン講習会

ひとり親家庭のお母さん・お父さんのパソコンについての不安を解消いたします。Wordの基本操作から応用操作を学ぶことができます。スキルを身につけて自信をもって仕

事探しをするために無料パソコン講習会を行います。ぜひご利用ください。
 ☎ 5月24日(金) 10時～12時
 ☎ 5月31日(金) 10時～12時
 所 市民活動プラザ六中3階第2会議室(帯広市東11条南9丁目1)

対 ひとり親家庭のお母さん・お父さん
 定 員 5名(先着順) 参加費・託児無料(※事前の申し込みが必要)
 申 込 締 切 開催1週間前まで
 申 問 帯広市社会福祉協議会 母子家庭等就業・自立支援センター(帯広市公園東町3丁目9番地1グリーンプラザ1F)
 ☎ 0155(20) 7751 FAX 0155(20) 7752
 E-mail: hoshi@ohiro-shakyo.jp

とち生活あんしんセンター生活・仕事相談会

日常生活や仕事など、心配ごとや悩みごとの相談をお受けします。
 ☎ 5月9日(木) 12時30分～14時20分
 所 える夢館2階交流室C(豊頃町茂岩本町166番地)
 対 さまざまな理由から、生活・仕事に困りの方(秘密厳守・相談料無料)
 申 問 とち生活あんしんセンター
 ☎ 0155(66) 7112 FAX 0155(66) 7111
 E-mail: aushin@tokachi18.hokkaido.jp
 ※事前の申し込みが必要です。
 申 込 締 切 5月8日(水) まで
 ※「とち生活あんしんセンター」はさまざまな理由から生活・仕事に困っている方のために、北海道十勝総合振興局が作った相談窓口です。

赤ちゃん広場においでください

乳児(1歳6か月未満児)を持つ親子が安心して遊べ、お母さん同士や妊娠中の方が子育てについて気軽にしゃべりできる広場です。
 ☎ 5月22日(水) 10時～12時
 所 どもプラザとよこ

対 1歳6か月未満児(平成29年11月1日以降生)を持つ親子および妊娠中の方
 内 容 自由遊び、手遊び、ベビーマッサージ
 備 考 赤ちゃんを遊ばせながら、お母さん同士でおしゃべりして交流を深めましょう。
 ※未就学児の兄弟姉妹同伴はかまいません。兄弟姉妹については別室で託児を行うこともできます。
 問 どもプラザとよこ ☎ (574) 30331

健康

歯と口の健康週間イベント「むし歯予防デー」のお知らせ

6月4日(むし歯予防デー)～10日は「歯と口の健康週間」です。歯と口の健康に関する正しい知識を普及させる日として、「むし歯予防デー」のイベントを開催します。
 ☎ 6月8日(土) 13時～15時45分
 所 とちプラザ1階アトリウム(帯広市西4南13丁目1) ☎ 0155(22)

総合体育館
無料教室のお知らせ

教室のお申し込み・問合せは
 総合体育館へ直接お電話ください
015-574-2480

5月21日(火)
 クライミング指導
 19:00～21:00

定員 10名

クライミング施設を利用した教室を開催します。クライミングの基礎から、中・上級者まで幅広く指導します。

6月18日(火)
 健康相談&トレーニング指導
 18:00～20:00
18:30からの30分間はミニレッスンがあります!

利用者の目的・ご希望に合ったアドバイスや運動指導を行います。継続的な運動習慣を確立しましょう!

7890)
 内容 歯の健診、歯の健康相談、歯みがき指導、口腔がん検診、フッ化物の紹介と体験など。
 ※無料
 問 十勝歯科医師会 ☎ 0155(25) 2172

子育て

乳幼児・1歳6か月児・3歳児健診のお知らせ

☎ 5月27日(月)
 所 保健センター
 ※無料
 内 容 身体計測、問診、診察、歯科健診、各種相談

内容	受付	対 象	持 ち 物
3・4か月児	14:00～	平成30年12月13日～平成31年2月27日生	・母子手帳 ・アンケート用紙(新生児訪問時にお渡ししています)
7・8か月児	13:00～	平成30年8月13日～平成30年10月27日生	
11・12か月児		平成30年4月13日～平成30年6月27日生	・母子手帳 ・歯ブラシ ・当日の尿 ・アンケート用紙(対象児に郵送します)
1歳6か月児	13:30～	平成29年9月13日～平成29年11月27日生	
3歳児		平成28年3月13日～平成28年5月27日生	

※ご不明な点がありましたら、保健師までご相談ください。

わんぱく広場においでください

子ども同士やお母さん同士の交流を目的としています。育児に関する相談にも応じますので、お気軽に参加してください。
 ☎ 10時～12時

日 程	場 所	内 容	備 考
5月9日(木)	保健センター	発育測定・自由遊び手遊び	母子手帳を持参してください。
5月16日(木)	どもプラザとよこ	自由遊び リサイクルの日 手遊び	リサイクル交換をしますので、不要になったおもちゃや春夏物の子供服、靴がありましたらお持ちになって参加してください。
5月23日(木)		自由遊び 手遊び	たっぷり、自由遊びを楽しめます。
5月30日(木)		自由遊び 手遊び	
6月6日(木)		自由遊び 手遊び	

5・6月の保健のお知らせ

対象者、時間・場所、料金などの詳細は、4月配付の『ほけん・ふくしガイド』をご覧ください。

こども

- 予防接種
 ○ヒブ、小児肺炎球菌、B型肝炎、四種混合、BCG、麻しん風しん1期、麻しん風しん2期、水痘、二種混合、日本脳炎
- 乳幼児・1歳6か月児・3歳児健診(5月27日)
 ○詳細は、右ページをご覧ください。
- 歯科健診・フッ化物塗布(5月30日)
 ○詳細は、ほけん・ふくしガイドでご確認ください。

おとな

- 巡回ドック(6月4日～6月7日)
- 子宮頸部がん・乳がん検診(6月21日)
 ○詳細は、P16・17、もしくは「ほけん・ふくしガイド」でご確認ください。
 各種検診の受付が始まっています。
 保健センター(574-3141)へ申込ください。

問 保健センター ☎ (574) 3141