

講習・講座

難病患者家族教室

膠原系、神経系の難病で療養されている患者さんが、よ

■日時・対象など

日時	対象	内容	講師
9月21日(水) 13時30分～15時30分	膠原系難病の方とその家族	・講演「安全な薬の使い方について」 ・交流会	相羽 保寿氏 (ボエム調剤薬局薬剤師)
10月7日(金) 13時30分～15時30分	膠原系難病の方とその家族	・講演「膠原病との付き合い方」	加藤 賢一氏(藤田保健衛生大学病院 リウマチ・感染症内科医師)
10月11日(火) 10時～12時	神経系難病の方とその家族	・講演「“笑い”によるリフレッシュ」 ・交流会	河村 聡枝氏(愛知笑い健康事務局 笑い体操管理士)
10月18日(火) 13時30分～15時30分	脊髄小脳変性症または多系統萎縮症の方とその家族	・講演「脊髄小脳変性症と多系統萎縮症について」	米山 典孝氏 (半田病院神経内科医師)

り快適に在宅療養ができるよう教室を開催します。

■場所 半田保健所
■申込み・問い合わせ 各開催日の1週間前までに、電話で半田保健所健康支援課難病担当へ ☎②1 3354

わいわいマッププログラム

完璧な親なんていません。たくさん話して、笑って、ストレス発散しましょう。ファシリテーター(進行役)と一緒に、お互いの悩みや子育ての不安などを話し合いながら、育児のヒントもいっぱいもらえます。

■日時 10月11日～11月1日の全て火曜日(全4回) 10時～12時
■場所 成岩児童センター
■対象 市内在住の0歳～5歳の子を持つ親で、4回の講座に全て参加できる方
■定員 8名(先着順)
■受講料 無料
■託児料(子ども1人あたり) 1回300円(要予約)
■申込み・問い合わせ 9月15日(木)～30日(金)に、成岩児童センターへ ☎②2 9060

はんだっこサポーター養成講座

子育て支援センター「はんだっこ」で子育てボランティアを始めたい方のための講座です。

■日時 10月31日(月) 10時30分～14時30分(昼休憩を含む)
■場所 市民交流センター(クラシテイ3階)
■対象 20歳以上の市内在住の方で、子育て支援に関心のある方(学生を除く)
■定員 10名(先着順)
※託児あり(要相談)
■内容 子育てボランティアをするために必要な基礎知識の習得
■持ち物 筆記用具
■受講料 無料
■申込み・問い合わせ 10月3日(日)9時から、電話、FAX、Eメールで子育て支援センターへ
☎②4 188 ②3 447
Eメール kosodate@city.handa.lg.jp

美ママ体操教室

「産後のボディラインが気

になる」「子育て中で運動ができない」「そんなママにおすすめの赤ちゃんと一緒にできる体操教室を開催します。

■日にち・場所・内容
◇半田児童センター
・9月30日(金) おなかシェイプ
・10月14日(金) ヒップアップ
・11月11日(金) 美しい姿勢
◇保健センター
・10月5日(水) おなかシェイプ
・10月19日(水) ヒップアップ
・11月2日(水) 美しい姿勢
■時間 10時30分～11時
■対象 おおむね4～9か月の赤ちゃんともママ
■持ち物 飲み物・バスタオル・タオル
※裸足で行います。脱ぎやすい靴下などで参加ください。
■申込み 不要(参加費無料)
■問い合わせ 保健センター ☎④0 646
※はんだ健康マイレージの対象講座です。

美姿勢 ウォーキング教室

美しい姿勢を保ちながら行うウォーキングを体験し、効果を実感しましょう。
■日時 10月24日・31日、11月7日・14日・21日全て月

曜日(全5回) 10時～11時30分

■場所 保健センター
■対象 40～64歳の方
■定員 30名(先着順)
■持ち物 飲み物・タオル
■服装 動きやすい服・はき慣れた外用運動靴
■参加費 200円(保険料込)
■申込み・問い合わせ 9月20日(火)9時から、電話で保健センターへ ☎④0 646
※はんだ健康マイレージの対象講座です。

看護師カムバック研修

看護職への復帰を目指す方を支援するための研修です。
■日時 10月8日(土) 10時～15時
■場所 半田病院
■対象 現在、未就職の助産師・看護師・准看護師の資格を有する方で、医療現場に復帰したいと考えている方
■定員 10名
■内容 講義、看護技術演習
■申込み・問い合わせ 10月3日(月)までに、電話で半田病院看護局へ ☎②2 9881
※詳しくは、病院ホームページをご覧ください。