

お知らせ

情報BOX

催し フラダンス教室

①大人Hula教室
とき／毎週金曜日19時～20時
(大人初心者～上級)、毎週木曜日9時45分～10時45分(大人初心者～中級)
料金／1回1,100円

②ケイキHula教室
とき／毎週土曜日12時～13時(初級)、13時15分～14時15分(中級)、14時30分～15時30分(上級)
料金／1回幼児550円、小学生1,100円

③おためしHula教室
とき／第1・第3土曜日11時15分～11時45分
内容／ステップの基本
料金／1回550円
【①～③共通】
申込／前日までにプール受付で持ち物／パウスカートもしくはパレオ(レンタル有)、飲み物、汗拭きタオル

長岡温水プール

055(947)0176

催し 市民講座

①気軽に美味しくコーヒー焙煎
とき／2月16日(金)19時～21時
ところ／あやめ会館1階調理実習室
内容／生豆から焙煎体験、煎りたてのコーヒー・2種類の銘柄の飲み比べ
講師／君川行彦さん
対象／18歳以上10人(人数超過の場合は市民優先で抽選)
料金／1,000円(焙煎したコーヒー豆160g持ち帰り)
持ち物／軍手、エプロン、マグカップ、ふきん、ヘアドライヤー(ある人)
申込／2月2日(金)までに電話またはQRから

健康運動指導士による無理なく出来る筋肉トレーニング

とき／2月21日(水)13時30分～15時30分
ところ／あやめ会館3階多目的ホール
内容／健康づくりのための筋肉運動、腰痛・膝痛などの予防、痛み改善
講師／和田浩さん(日本健康運動指導士会、静岡県支部理事)
対象／18歳以上50人(人数超過の場合は市民優先で抽選)
料金／300円
持ち物／長めのタオル(ストレッチ用)、水分補給用飲料、動きやすい服装と靴(室内シューズ不要)
申込／2月6日(火)までに電話またはQRから

生涯学習課

055(948)1461

催し ジオパーク ロゲイニング大会

ロゲイニングとは地図とコンパスを使って、エリア内のチェックポイントを制限時間内にできるだけ多く回るアウ

催し ハッピーライフ with 糖尿病

とき／1月30日(火)14時～16時
ところ／葦山福祉保健センター
定員／60人(先着順)
料金／無料
講師／順天堂大学医学部附属静岡病院 野見山崇教授
申込／1月9日(火)9時～1月26日(金)17時までに電話で
健康づくり課
055(949)6820

催し 川の駅「伊豆城山」 気球&餅まきイベント

とき／1月13日(土)雨天中止

募 防衛省採用試験

区分／自衛官候補生
試験日／WEB試験…2月13日(火)、身体検査・口述試

催し 小学生教室

とき／2月3日(土)10時～11時
ところ／こども広場多目的室
内容／リズムダンス
対象／小学1～3年生15人(先着順)
料金／無料
持ち物／飲み物、タオル
講師／岡崎きよみ氏
申込／1月11日(木)～電話もしくは窓口で(定員にな

催し 産後ママのための癒しの空間Moms Salon

とき／1月22日(月)、2月19日(月)、3月18日(月)9時30分～11時
ところ／葦山福祉保健センター
内容／ママのリフレッシュのためのメニュー
対象／1カ月児健診を終えたベビーとママ(1歳までの親子、市民のみ)
申込／不要(出入り自由)
※詳細は、子育て応援アプリ、市HPをご覧ください。
健康づくり課
055(949)6820

催し 親族後見人情報交換会

成年後見に関するお互いの経験や思いを共有する情報交換会を行います。
とき／1月23日(火)10時～

催し 歯周病検診を受けましょう

歯みがきだけでは、歯周病は防げません。歯と歯ぐきの間(歯周ポケット)の汚れを残さないことがポイント。フロスや歯間ブラシが有効です。歯科医院で検診を受けましょう。
とき／1月31日(水)まで
ところ／田方歯科医師会歯科医院
料金／100円
持ち物／5月に配布した青い封筒の中にある受診費用シール
健康づくり課
055(949)6820

催し 児童扶養手当を支給します

1月11日(木)に、児童扶養手当を支給します。指定口座に2カ月分(11月～12月分)の児童扶養手当を振り込みますので、12日(金)以降、口座をお確かめください。
こども家庭課
0558(76)8008

自衛隊三島募集案内所

055(989)9111

2024年 令和6年 1月

休日の診療医 9時～17時

事前に病院・田方中消防署へ電話、または田方医師会HPでご確認ください。診療医が変わる場合があります。
▶田方中消防署 ☎0558-76-0119
▶田方医師会HP
<http://www.tagata-ishikai.jp/>

1 (月・祝)	▶NTT 東日本伊豆病院 (函南町/内/☎055-978-2320) ▶伊豆慶友病院 (伊豆市/内/☎0558-85-1701)
2 (火)	▶伊豆葦山温泉病院 (中條/内/☎055-949-1466) ▶JA 静岡厚生連リハビリテーション中伊豆温泉病院 (伊豆市/外/☎0558-83-3333)
3 (水)	▶長岡リハビリテーション病院 (長岡/内・神経内・リハ/☎055-948-0555) ▶中島病院 (伊豆市/内・小児科/☎0558-87-0333)
7 (日)	▶河野内科医院(南條/内・循環器/☎055-940-2355) ▶伊豆檜の森診療所 (田中山/内・消化器内/☎050-3636-3399)
8 (月・祝)	▶伊豆平和病院 (函南町/内・整/☎055-974-1355) ▶あおきクリニック (吉田/泌尿器/☎0558-75-0303)
14 (日)	▶江間クリニック (南江間/外・内・脳外/☎055-947-1238) ▶JA 静岡厚生連リハビリテーション中伊豆温泉病院 (伊豆市/内・整外・外/☎0558-83-3333)
21 (日)	▶杉田整形外科 (函南町/整外・リハ・リウマチ/☎055-970-2511) ▶矢田レディースクリニック (宗光寺/婦人/☎0558-76-4550)
28 (日)	▶杉本医院 (南條/循環器・内・外・呼吸器/☎055-949-2222) ▶修善寺クリニック (伊豆市/内・皮膚/☎0558-72-7272)