

4月の健康教室

▼鶴見病院 ☎(23)7111

◎腎臓病教室

19日(木) 13時～15時

内容 腎臓病全般

▼別府医療センター

☎(67)1111

◎おうちでできる簡単ヨガ

19日(木) 14時～15時30分

★地域がんサロン

11日(水) 14時～16時

場所 上田の湯公民分館

対象 がん患者とその家族

★がん患者サロン「陽だまり」

13日(金) 14時～16時

場所 交流ひろばHiCaLi

(日出町JR湯谷駅横)

対象 がん患者とその家族

◎腎臓病教室(14時～15時30分)

年間計画 4月27日(金)、6月22日(金)、8月24日(金)、10月26日(金)、12月21日(金)、平成31年2月22日(金)

▼新別府病院 ☎(22)0391

◎糖尿病教室(14時～16時)

5日(木) 糖尿病の診断、治療

12日(木) 運動療法

19日(木) 薬物療法

26日(木) 料理教室

◎転倒予防教室(要申込)

26日(木) 13時～15時

内容 レクリエーション

▼泰生の里 ☎(66)9988

◎介護者教室

14日(土) 13時～

内容 認知症の薬や対応のしかた

▼畑病院 ☎(21)1371

19日(木) 14時30分～15時30分

内容 痛みの温泉療法

▼サービステ付高齢者向け住宅 ほほえみ

☎(21)1371(畑病院)

6日(金) 10時～11時

内容 腰痛予防・改善に効く

一日5分の体幹づくり

場所 サービステ付高齢者向け住宅 ほほえみ(中島町)

▼児玉病院 ☎(67)1611

◎笑いヨガ・みんなの認知症予防ゲーム

3日(火) 13時30分～14時30分

◎健康教室

17日(火) 13時30分～14時30分

▼釘宮整形外科リハビリクリニック ☎(27)8838

◎健康教室(要申込)(13時～14時)

7日(土) 抱っこ紐調整と腰痛予防

28日(土) 妊娠中の体重管理

※両日とも簡単なエクササイズあり

ひとやすみ コミュニティサロン

日時 毎月第4土曜日
10時～12時

対象 がんで治療中の方や
ご家族・ご遺族

※がんではない方も参加できます。

場所・☎ 湯のまち訪問看護
ステーション(南立石生目町)
☎24-2226

お誕生日おめでとう! すくすく1さい (4月生まれ) <> 内は誕生日です

 ののほ 上野 乃々羽 ちゃん (石垣東5丁目) (2日)	 よしの 柿本 佳乃 ちゃん (西野口町) (2日)	 ななほ 佐保 七帆 ちゃん (火売) (3日)	 もえの 原 萌乃 ちゃん (荘園) (4日)	 さくら 藤田 さくら ちゃん (関の江新町) (4日)	 ゆづき 清水 優月 ちゃん (堀田) (6日)	
 あいら 永元 愛莉 ちゃん (石垣東2丁目) (7日)	 こうだい 矢野 孝泰 くん (古市町) (7日)	 はるな 宇野 陽音 ちゃん (石垣東6丁目) (11日)	 かなた 木本 奏汰 くん (駅前町) (11日)	 うた 望月 うた ちゃん (中須賀本町) (11日)	 ゆあ 山口 結愛 ちゃん (駅前町) (16日)	
 ©Team Beppyon	 せつな 西宮 刹那 くん (北のヶ浜町) (17日)	 あらた 本杉 嵐大 くん (山の手町) (18日)	 まほろ 山崎 真栄 くん (鶴見) (18日)	 せいや 柿木原 清矢 くん (駅前町) (21日)	 さやか 山本 紗末 ちゃん (石垣西7丁目) (23日)	 くおん 伊南 来恩 くん (竹の内) (24日)
	 みお 松下 実央 ちゃん (石垣東8丁目) (26日)	 なお 松下 直央 ちゃん (石垣東8丁目) (26日)	 えみり 長野 咲梨 ちゃん (春木) (27日)	 りこ 木村 莉子 ちゃん (石垣東4丁目) (30日)		

《すくすく1さい応募要項》5月号締切4月6日(金) 写真の裏に住所・氏名(ふりがな)・性別・生年月日・電話番号を記入して、秘書広報課まで(郵送・Eメールで応募する場合は事前にご連絡を) 期限厳守でお願いします。

※紙面の都合で、応募者全員を掲載できない場合もあります。

このページはウェブ版市報にも掲載します。

〒874-8511 別府市秘書広報課 ☎21-1111 内線 2233、2234 ✉sec-ma@city.beppu.lg.jp

