

## マタニティ教室(プレパパママ教室)について

◎『妊娠中の食事ってどうすればいいの?』『出産・育児について分からないことが分からない...』など妊娠中から疑問は尽きないものです。妊娠中や出産後も安心して子育てができるように、からだと心の準備をしましょう。歯科健診と一緒に受けられる教室は今回のみです。ぜひご夫婦で1日目、2日目を通して参加ください!!

- 日 時 1日目 9月 3日(火) 9:30~11:30(受付9:15~9:30)  
2日目 10月19日(土) 9:30~11:45(受付9:15~9:30)
- 場 所 1日目 緒川保健センター  
2日目 総合保健福祉センター「かがやき」

○内 容

【1日目】～ハッピーマタニティ～

- ・妊娠中のママと赤ちゃんのからだの変化と妊娠中の過ごし方について
- ・お腹の赤ちゃんを育てる食生活について
- ・ママの歯科健診(同敷地内緒川歯科診療所に移動)※先着6名

【2日目】～プレパパママクラス～

- ・沐浴体験
- ・パパのマタニティ体験
- ・赤ちゃんが生まれてからの生活について
- ・家族で考えるバランス食について



○対 象 者 市内にお住いの妊婦さんとその夫※家族の参加も大歓迎です。

- 持 ち 物 ・親子(母子)健康手帳
- ・妊娠届出時にお渡しした資料、妊婦歯科健康診査受診券(健診費500円)【1日目】
- ・父になるうパパになるう～パパフレBOOK～【2日目】
- ・飲み物等必要に応じてご持参ください

○申込方法 令和元年8月27日(火)にQRコード(いばらき電子申請・届出サービス)から、または電話・窓口でお申し込みください。※可能な限り、1日目・2日目を通して参加ください。

**申込・問** **かがやき** 健康推進課 ☎54-7121

お申込みはこちら



## 令和元年度 茨城県警察官採用試験(第2回)のご案内

### 1. 試験日程等

受付期間	第1次試験	第2次試験		合格発表	採用予定日
		第1日目	第2日目		
7/ 1(月) 9:00 } 8/22(木) 17:00	9/22(日)	10/19(土) 10/20(日) ※いずれか1日	11/19(火) 11/20(水) 11/21(木) 11/22(金) ※いずれか1日	12/6(金) 予定	令和2年 4/1(水)

### 2. 採用予定人員及び受験資格

試験区分	採用予定人員	受験資格
男性警察官A	40名程度	昭和61年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による大学(短期大学を除く。)を卒業した人、若しくは令和2年3月31日までに卒業見込みの人、又は人事委員会がこれと同等と認める人
女性警察官A	5名程度	
男性警察官B	80名程度	昭和61年4月2日から平成14年4月1日までに生まれた人で、上記警察官Aの受験資格(学歴区分)に該当しない人
女性警察官B	10名程度	

### 3. 問合せ先

試験の詳細については、大宮警察署 警務係(☎0295-52-0110)にお問い合わせください。  
電子申請に関する質疑は、採用フリーダイヤル(☎0120-314-058)にお問い合わせください。