

普通救命講習会 I 参加者募集

この講習会は、心肺蘇生法(自動体外式除細動器<AED>の使用法を含む)や異物除去、止血法に関する知識と技術を習得します。

- 日 時 5月28日(土) 9:00～正午
- 場 所 消防本部3階多目的室
- 対 象 者 15歳以上の方
- 募集人数 15名
- 受付期間 5月9日(月)～23日(月)
- 受 講 料 無料 ※講習修了証を発行します。

申込・問 消防本部東消防署救急G
 ☎54-0119 FAX 53-2043

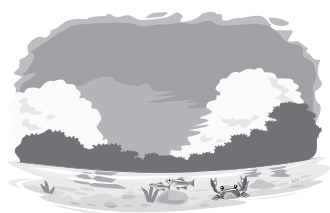
久慈川の水質・水生生物調査参加者募集

身近な水環境について、簡単なキットを使用し調査を行います。

久慈川の水環境の様子が良くわかりますので、この機会にぜひ、ご参加ください。

- 日 時 6月12日(日) 9:30～11:30
- 場 所 市内富岡橋上流(河川敷)
- 講 師 茨城県環境アドバイザー
中村 恵美子氏
- 内 容 久慈川の水質調査・川に住む生物調査など
- 対 象 者 市内在学の小・中学生以上(小学生の場合、保護者同伴でご参加ください)
- 定 員 20名程度
- 費 用 無料
- 持参するもの
帽子、タオル、サンダル、網、筆記用具、着替え等
※水に入ってもよい服装でご参加ください。
- 申込期間 4月27日(水)～6月7日(火)
※土・日曜日・祝日は除く
- 申込方法 電話またはFAXで、住所・氏名・年齢・電話番号をお知らせのうえ、お申し込みください。

申込・問 常陸大宮市環境市民会議事務局
 (本庁 環境課内)
 ☎52-1111 内線123 FAX 53-5415



マタニティフィットネス参加者募集

インストラクターの関口雅代先生を迎え、マタニティフィットネス(マタニティピクスやヨガ等)講座を開催します。妊娠中の運動不足の解消、心身のストレス解消に！マタニティフィットネスで体を動かす生活をスタートしませんか？



- 日 時
 1. 5月18日(水) 9:30～10:30(集合9:00)
 2. 6月 2日(木) 9:30～10:30(集合9:00)
- 場 所 総合保健福祉センター(かがやき)
- 対 象 者 市内に住所がある妊娠16週以降の方
※ただし下記①～③に該当する場合は対象外です。
①医師が妊娠経過に異常があると判断した場合
②現在の妊娠経過に異常がなくても、流産を過去に3回以上繰り返している場合
③正常妊娠であっても医師が運動を勧めていない場合
- 募集人数 10名程度
- 持参するもの
タオル、飲み物、親子(母子)手帳、スニーカー(室内用)、妊娠経過証明書(初回のみ)、同意書兼参加申請書兼問診票(初回のみ)
※動きやすい服装でお越しください。
- 参加費 無料
- 申請方法 各開催日の前日までに下記のQRコードまたは電話でお申し込みください。また、当日までに妊娠経過証明書(産婦人科に発行してもらうもの)、同意書兼参加申請書兼問診票(本人が書くもの)の提出が必要になります。各様式は健康推進課窓口で配布または、市のホームページからダウンロードしてご利用ください。
※妊娠経過証明書発行にあたり料金が発生する場合は、**全額自己負担**となりますのであらかじめご了承ください。



スマートフォン用



携帯用

申込・問 かがやき健康推進課健康推進G
 ☎54-7121 FAX 54-7123