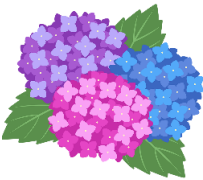


2020年6月

新型コロナウイルス感染症予防対策の為、
各イベントが中止になることがあります。

今月の市立小諸図書館

こころとからだのひろばの展示は
緩和ケアとは？です。

月	火	水	木(図書館休館)	金	土	日
1	2	3	4 むし歯予防デー	5	6 補聴器の日	7 緑内障を考える日
5/31~6/6 禁煙週間			あさまウォーキング* (20日も同じ要項)/9:30~10:30 無料/申込不要/小諸ユースビル 23-5732		6/4~6/10 歯の衛生週間	
8	9	10	11	12	13	14 世界献血者デー
6/4~6/10 歯の衛生週間			セカンドフライデーウォーキング*※1 /18:00~19:00 無料/申込不要/市役所前市民広場集合		こもろウォーキング /7:00~8:00/無料/申込不要 懐古園馬場/まきはうす 090-1047-8065	
15	16	17	18	19	20	21 がん支え合いの日
	健口栄養相談室※2 ~転ばぬ先のフレイルチェック~ 10:00~11:30/概ね65歳以上/無料 申込不要/保健センター		ブルーマリン ルディック ウォーキング 10:00~11:00/無料/申込不要ブル -マリンスポーツクラブ 23-3535		あさまウォーキング* (6日と同じ要項)	夏至 Father's Day 夏の健康を守る運動
22	23	24	25	26	27	28
6/21~7/20 夏の健康を守る運動			脳いきいき教室※2 13:30~15:15/無料/申込不要 市役所3階 第1・2会議室			
29	30					
夏の健康を守る運動		献血/申込不要/小諸市役所1階 9:30~11:30 13:00~15:30 持物:献血カード (初めてのの方は身分証明書)		問い合わせ先 ※1 小諸市役所 健康づくり課 ☎25-1880 ※2 小諸市役所 高齢福祉課 包括支援係 ☎22-1700(内線2131) ※3 浅間南麓こもろ医療センター ☎22-1070 ※4 JA 長野厚生連佐久総合病院佐久医療センター ☎0267-62-8181 ※5 NPO 法人小諸健康教室 YOU・愛サロン ☎090-5573-2902(岡田さん)		

☆子宮頸がん検診 及び 歯周病健診 開始 ※1
☆キザキウォーキング 毎週火曜日(祭日も実施)/8:00~9:00
無料/申込不要/集合:キザキ本社 22-1354

各イベントに参加される際はマスクの着用をお願いします。
体温が37度5分以上ある場合、風邪症状がある場合はご遠慮ください。