



# 一緒に体を動かしてみませんか レイラ

ダンベル体操は、天候に左右されず室内で手軽にできる効果的な健康体操です。

無理をせず、背筋を伸ばしたり、膝を曲げたり伸ばしたり、手を高く上げたりする軽いストレッチ体操を歌を歌いながら楽しんでいます。少しでも健康で楽しく日々を過ごせたらとみんなで頑張っています。

体操が終わった後は、筋肉がほぐれ、肩こりが良くなり、さわやかな気分になります。

皆さんも一度体験してみませんか。

【活動日】毎週木曜日午後8時～

【場 所】松枝公民館

【連絡先】澤崎叶子宅(門間) ☎387-5876



ほりくち ふうが  
おなまえ **堀口 楓翔** (米野) くん  
平成20年3月15日生  
堀口慎也・里奈さんの子



笑顔がとってもステキな  
ふうくん。  
これからもふうくんの笑顔で  
みんなを元気にさせてね。

まつばら ののか  
おなまえ **松原 乃々果** (無動寺) ちゃん  
平成20年3月19日生  
松原裕道・由香里さんの子



果物と散歩が  
大好きなののちゃん。  
立派に要求する姿は  
大人顔負けです!!



「こんにちは」コーナーの  
赤ちゃんを募集します。

応募対象 平成20年5月生まれの赤ちゃん  
応募期間 3月末日まで(応募者多数の場合は抽選)  
応募方法 写真とコメントをご持参のうえ企画課まで  
お越しください。  
詳細は企画課広報までお問合せください。

まちの人口   
平成 21 年 2 月 1 日現在

前月比  
人 口 22,461 人 (減 42)  
男 10,798 人 (減 25)  
女 11,663 人 (減 17)  
世帯数 8,082 世帯 (減 5)



このコーナーでは、日ごろ町民の皆さんから役場へ寄せられる質問・意見などを回答とともに紹介します。

**Q** 妊娠したので母子手帳が必要と聞いていますが、どこでいただけるのでしょうか。

**A** 母子健康手帳は、妊産婦の健康管理、乳幼児の養育に必要な情報や健康診査や小学校就学前までの健康診断・予防接種・歯科検診などが記録されるものです。手帳は役場と福祉健康センターの福祉健康課でお渡ししますので、医療機関から発行される妊娠証明書をご持参ください。

また、妊婦さん同士の交流の場プレバマクラブやマタニティ相談も開催しています。日時などは広報でご確認ください。

【問合先】福祉健康課



●発行・編集／笠松町・企画課 〒501-6181 岐阜県羽島郡笠松町司町1 ☎058-388-1113 FAX.058-387-5816

ホームページアドレス <http://www.town.kasamatsu.gifu.jp/>