

- ・ **MENS サロン**（毎月第1土曜 14:00～16:00 にアステールにて開催）
働き盛りの男性の健康チェック・ストレスチェック・食生活相談・自己能力分析など

- ・ **MAMA サロン**（毎月第3土曜 14:00～16:00 にアステールにて開催）
子どもの笑顔とママの心身の健康・リフレッシュを応援、託児やクラフト作成など

- ・ **とことん広場 個別相談会**（毎月第3火曜 10:30～12:00 イトーヨーカド4階）
子育ての悩みや健康に関する相談・おやつレシピ・病児の食事の紹介など

- ・ **気がかりさんサロン**（毎月第3木曜 10:00～12:00 にアステールにて開催）
子どもの発育発達や仕事と家庭の両立、体調などに気がかりがある方の相談カフェ

- ・ **認知症に強い脳をつくる「いきいき歩こう会」第1・3水曜 10:00～11:30 勿来公民館**
認知症になっていない方の予防プログラム。知的学習・口腔衛生・食育・運動等を計画。

- ・ **一日だけのサマースクール**（毎年8月8日に勿来公民館で開催）
小学生～中学生の調理体験と高齢者交流、いわき市健康推進員協議会に協力。
子どもたちの学びを支援