

■令和7年度 幼稚園児・保育園児募集

令和7年4月から市内の幼稚園・保育園に入園する園児を募集します。

願書配布と申し込み受付は平日のみ行います。

《幼稚園》

- 願書配布 10月1日(火)から各園で配布します。
※丘の上は午前8時～午後5時のみ配布
- 申し込み受付期間 下表のとおり

	幼稚園名	電話番号	受付期間
公立	大沼	223511	10月15日(火)～31日(木) 8:30～17:15
	白坂	282072	
	五箇	292151	
	関辺	227880	
	表郷	322317	
	ひがし	342019	
	大信	462257	
私立	白河カトリック	233438	10月15日(火)のみ 8:30～16:00
	丘の上	273363	10月15日(火) 8:00～13:00
私立認定 こども園	ぼだい樹	233521	10月15日(火)～18日(金) 8:30～17:00
	ぼだい樹西こども園	271662	
	さくらの木	223293	
	らのみな	218728	

※公立幼稚園は、応募人数が少ない場合は複式学級になることがあります。

《保育園》

- 願書配布 10月1日(火)から各受付場所で配布します。
※丘の上は午前8時～午後5時のみ配布
- 申し込み受付期間 10月15日(火)～31日(木)

	保育園名	電話番号	受付場所	受付時間	
公立	さくら	232269	こども育成課	8:30～17:15	
	わかば	232594			
	おもてごう	222300	表郷庁舎地域振興課		
	ひがし	343643	東庁舎地域振興課		
	たいしん	462280	大信庁舎地域振興課		
私立	白河	232306	各園	9:00～16:00	
	白河みのり	222160		9:00～17:00	
	ともいく	278822			
	なないろ	218882		9:00～18:00	
	ニチキッズ新白河	210010			
	丘の上	223900		8:30～17:00	
	ぴよぴよ	217033		園にご確認ください	
	私立認定 こども園	ぼだい樹		312058	8:30～17:00
		ぼだい樹西こども園		218861	
		さくらの木		223293	
らのみな		218728	9:00～16:00		

※申し込み順で入園を決定するものではありません。
※願書は第一希望の園に提出してください。

- 問い合わせ先 ▶こども育成課 ☎285525
▶各庁舎地域振興課
表郷 ☎322113 大信 ☎462114 東 ☎342116

子ども食堂

☎こども支援課 ☎285522

子どもたちに対して食事の提供や学習支援などを行っています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。



子育て支援アプリ「ぽっかぽか」

▼ダウンロードはこちら

iPhone Available on the App Store

Android ANDROID APP ON Google play

便利な情報をお届けするワン!





1に運動 2に食事
しっかり禁煙
最後にクスリ

～健康寿命の延伸～

月
日
日直

健康増進普及月間・食生活改善普及月間

健康で自立した生活を送ることができる「健康寿命」を延ばすためには、運動・食事・禁煙など、生活習慣の改善に努めることが大切です。

《適度な運動》

適度に身体を動かすことは、寝たきりの予防や心の健康、生活の質の改善に効果的です。自分に適した運動習慣を身に付けましょう。運動習慣がない方は、日頃から体を動かすことを意識し、まずは歩行時間を10分（約1,000歩）増やしてみましょう。



《健康的な食事》

食事の面では、さまざまな食品からバランス良く体に必要な栄養素をとることが大切です。主食・主菜・副菜を組み合わせ「野菜多め」「減塩」を心がけましょう。1日に食べたい野菜の量は350g、生野菜なら両手に軽く山盛りが目安です。



《禁煙》

「たばこ」には約4,000種類の化学物質が含まれ、その中には約200種類の有害物質が含まれています。禁煙に取り組み、受動喫煙にも注意しましょう。



総合健診（集団健診）

生活習慣病の多くは、自覚症状がないまま悪化します。健診を受け、自身の健康状態を把握することが、健康への第一歩です。

本年度の総合健診（集団健診）は10月で最終となりますので、受診を希望する方は早めにご予約ください。

- 健診期間 10月7日(月)～12日(土)
- 受付時間 午前7時30分～10時30分
- ※過度な混雑を避けるため、受付時間を指定させていただきます。
- 健診会場 中央保健センター（北中川原）
- 健診項目 生活習慣病予防健診、肺・胃・大腸がん検診 ほか

保健センターからのお願い

完全予約制ですので、必ず事前に予約をしていただくようお願いします。

※昨年度に総合健診を受診し、本年度の「健診日時のお知らせ」が届いた方は予約不要です。受診日時を変更される場合は、Webまたは電話で変更予約を行ってください。



- 予約方法 電話またはWeb
- ※詳しくは、各世帯に配布した「令和6年度市民健診のお知らせ（保存版）」をご覧ください。
- 予約・問い合わせ先 健康増進課予防管理係 ☎2112 国保年金課 内2166 Web予約▶



10月のいきいき健康チャレンジ相談会

実施日	時間	会場	対象年齢
2日(水)	9:30～	大信保健センター	40歳以上
9日(水)		東保健センター	
18日(金)		表郷保健センター	
21日(月)	13:30～	中央保健センター	71～76歳
23日(水)		アナビススポーツプラザ	40～70歳

【健康ポイント事業】 50ポイント 1回/月

お知らせ
ラウンジ
りぷらん
子育て

保健

情報館
くらしの

in白河
風月の芸術祭

高齢者
あったか広場

休日当番医・
無料相談ほか

市長の
手控え帖