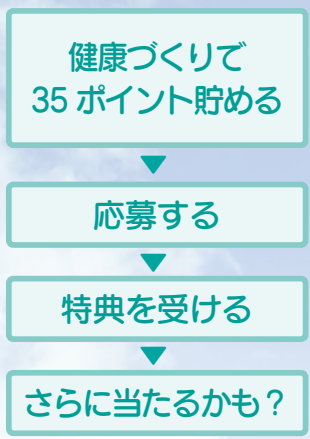


◎山陽小野田市やまぐち健康マイレージ

山陽小野田市やまぐち健康マイレージとは、県と市で協働し、県内の協力店とともに市民の健康づくりを応援する取り組みです。35ポイント以上貯めたら応募用紙に記入して特典カードを受け取り、協力店で各種サービスを受けましょう。



- ①健(検)診の受診(今年度の受診が対象)
- ②健康づくりに関する教室・イベントへの参加, 地域行事への参加, ボランティア活動
- ③生活習慣改善に向けた取り組み



保健センター、国保年金課、各公民館、医療機関等に備え付けの応募用紙に記入し、保健センターまたは国保年金課に提出
「やまぐち健康づくり応援カード」を協力店で提示することで、様々な特典が受けられます ※18歳以上の人のみ

今年度はさらに、応募者の中から抽選で健康づくりに役に立つ商品が当たります！小学生以上18歳未満の人でも応募できます

- 対象 市内在住または在職(在学)で小学生以上の人
- 実施期限 令和2年1月31日(金)
- ※詳しくは市ホームページをご覧ください。
- 問い合わせ先 健康増進課

山陽小野田市やまぐち健康マイレージ



【すくすく相談】 (母子健康手帳持参)
 お子さんのことで心配なこと、分からないことはありませんか。子育ての悩み、気になったことなどの相談に応じます。
 ●対象 乳幼児とその保護者
 ●内容 乳幼児の身体計測、育児相談、栄養相談
■スマイルキッズ
 ○とき 6月27日(木) 9:30～11:15
■保健センター
 ○とき 7月4日(木) 9:30～11:15

【すくすくベビーサークル】
 ●対象 0歳～1歳3か月児とその保護者
■スマイルキッズ
 ○とき 6月27日(木) 10:00～11:30
 ○内容 折り紙で作る「七夕飾り」

【健康相談】 (健康手帳持参)
■厚狭地区複合施設
 ●とき 6月11日(火) 9:30～11:30
 ●内容 血圧・体重・体脂肪率測定 ほか
 ※健康手帳をお持ちでない人は、無料で交付します。

【キッズキッチン食育教室】
 食の知識やマナーを楽しく学べる教室です。
■もぐもぐはかせ教室
 ○対象 未就園児とその保護者
 ○とき 7月7日(日) 10:00～10:40
 ○定員 10組(先着順)
 ○参加料 1組50円
 ○持ってくるもの ハンカチ、お茶等
■ミニしょくいくはかせ教室
 ○対象 未就学児(保護者は見学のみ)
 ○とき 7月7日(日) 10:45～11:30
 ○定員 12人(先着順)
 ○参加料 1人100円
 ○持ってくるもの エプロン、三角巾、マスク、ハンカチ、お茶等
 ●ところ スマイルキッズ
 ●申込期間 各教室の開催日2か月～1週間前まで
 ●申込方法 窓口または電話
 ※詳しくは市ホームページをご覧ください。
 ●問い合わせ・申込先 健康増進課 (☎71-1817)