

## ◎第6回SOS健康フェスタ

“もっともっとながりを”をキーワードに健康に関するイベント「第6回SOS健康フェスタ」を開催します。こどもから大人まで楽しめるたくさんの催しや50を超える健康に関わるブースを用意しています。入場は無料です。ぜひ、ご来場いただき、ご参加ください。

**と き** 11月15日(日) 9:30～15:00 **と ころ** 市民館, 市民体育館

## 【市民館体育ホール】

- 9:30 オープニングセレモニー
- 11:30 マジックショー
- 12:30 体験！若返り体操教室
- 13:00 絵画・川柳表彰式
- 13:40 オート選手とじゃんけん大会
- 14:30 つかもう健康ウルトラクイズ
- 14:55 SOS おきよう体操

## 【市民館文化ホール】

- 10:30 市誕生10周年記念講演「健康づくりはひとづくり・まちづくり」  
講師：星野 晋  
(山口大学国際総合科学部講師)
- 11:30 医師会講演  
「お腹のがんをもっと知ろう」  
講師：戒能 美雪  
(山口労災病院消化器内科部長)

## 【市民館体育ホール・市民体育館・周辺】

各種測定(血管年齢・血圧・体脂肪など)、体力チェック、無料フッ素塗布(15歳未満)、スタンプラリー(景品あり)、元気のり汁・寝太郎かぼちゃのスイーツ無料試食(数量限定)、飲食コーナー ほか

## ★ウォーキング大会 (8:30～)

〈内容〉市民館周辺 3.5kmコース

〈定員〉100人(先着順)

※8:00～8:20に市民体育館前で受付をしてください。



## 【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、気になる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

## ■小野田保健センター

○とき 11月26日(木) 9:30～11:15

## ■仮設山陽総合事務所

○とき 12月3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

## ■小野田保健センター

○とき 11月26日(木) 10:00～11:30

○内容 紙コップで作る「びっくり動物」

## 【健康相談】(健康手帳持参)

## ■仮設山陽総合事務所

○とき 11月17日(火) 9:30～11:30

## ■小野田保健センター

○とき 11月24日(火) 9:30～11:30

- 内容 血圧・体重・体脂肪率測定など

【マタニティスクール】

出産までを快適に過ごし、楽しいマタニティライフを送りましょう。

- 対象 妊婦とその夫(家族も参加可)
- ところ 小野田保健センター

## ■わくわくマタニティライフコース

- とき 12月5日(土) 9:30～11:30
- 内容 産婦人科医師・先輩ママの講話、赤ちゃんへのプレゼント作り(スタイ等)
- 持ってくるもの

母子健康手帳、裁縫道具、ハンドタオル、バイヤステープ

## 【小野田医師会 健康ミニ講座】

- とき 11月26日(木) 14:00～15:00
- ところ 中央図書館
- 演題 「脳卒中」
- 講師 井上 信一(井上医院院長)
- 聴講料 無料
- 定員 80人(先着順)
- 問い合わせ先 健康増進課

※講座修了後、希望者には保健師による健康相談を行います。