

## 健康だより

保健センター ☎84-1220  
山陽保健センター ☎71-1814

### 乳児健康診査

(母子健康手帳・乳児健康診査票持参)  
◇対象 生後1・3・7か月児  
※各医療機関にお問い合わせのうえ、  
受診してください。

あさひクリニック ☎71-0148 (要予約)	水・土曜日 14:00～15:00
砂川小児科医院 ☎83-8185	月～土曜日 10:30～11:00 火 14:00～16:00
たかはし小児科医院 ☎81-5181	火曜日 14:00～15:00
野原小児科医院 ☎83-4854 (要予約)	月・火・木曜日 14:00～15:00
山口労災病院小児科 ☎83-2881	火・木曜日 13:30～14:00
吉武医院 ☎72-1110 (要予約)	火・木曜日 11:00～12:00
吉武内科クリニック ☎73-0095 (要予約)	月・火・水・金曜日 16:00～17:00
小野田市民病院小児科 ☎83-2355	木曜日 13:30～15:00
山陽市民病院小児科 ☎72-1121	月・水・金曜日 10:00～11:00

### 育児学級

(母子健康手帳持参)  
◇対象 生後3か月～8か月の乳児と保護者  
◇とき 8月19日(金) 9:30～11:30  
◇内容 小児科医による講話「育児を通しての仲間作り、保育のポイント」、離乳食講話、調理実習  
◇ところ・申込先 山陽保健センター

### すくすく相談

(母子健康手帳持参)  
■保健センター  
○とき 8月4日(木)・18日(木)  
■山陽保健センター  
○とき 8月11日(木)  
◇対象 乳幼児  
◇受付時間 9:00～11:00  
◇内容 乳幼児の身体計測、育児相談・栄養相談

### 1歳6か月児健康診査

(母子健康手帳・問診票持参)  
(受付時間 13:30～14:30)  
■小野田地区在住の幼児  
◇対象 平成16年2月生まれの幼児と未診査児  
◇とき 8月12日(金)

◇ところ 保健センター  
※歯をきれいにしておきましょう。

### 3歳児健康診査

(母子健康手帳・問診票持参)  
(受付時間 13:00～14:30)  
■小野田地区在住の幼児  
◇対象 平成14年8月生まれの幼児と未診査児  
◇とき 8月26日(金)

◇ところ 保健センター  
※歯をきれいにしておきましょう。尿検査もあります。また、目と耳の検査は家庭で行ってきてください。  
※山陽保健センターでの3歳児健診は奇数月に行われます。

### マタニティスクール

◇対象 妊婦とその夫(7日), 妊婦(10日・17日)  
◇とき 8月7日(日) 9:20～11:30  
8月10日(水) 13:00～15:30  
8月17日(水) 9:50～13:10  
※17日の13:10～13:40はマタニティサークル(小物づくり)があります。

◇ところ 保健センター  
◇内容 講話、体験実習、調理実習など  
◇持参するもの 母子健康手帳、筆記用具、エプロン(17日)  
※1週間前までに保健センターに申し込んでください。

### すくすくベビーサークル

◇対象 0歳～1歳3か月児の母親  
◇とき 8月18日(木) 10:00～11:30  
◇ところ 保健センター  
◇内容 折り紙「はこのいろいろ」

### 健康体操

◇とき 8月2日(火)・9月6日(火) 10:00～11:30  
◇ところ 保健センター  
◇内容 8月 ダンベル体操  
9月 リズム体操  
※健康手帳、運動可能な服装をご用意ください。

### 体すっきり! ニコニコ体操

◇日程 (9:30～11:00)

8月10日(水)	赤崎公民館
8月17日(水)	有帆公民館
8月22日(月)	高泊公民館
8月23日(火)	本山公民館

◇内容 はつらつ山口健康体操ほか  
※健康手帳、運動可能な服装をご用意ください。

### ポリオ予防接種(要予約)

(母子健康手帳・予防接種予診票持参)  
◇対象 生後3～90か月未満の乳幼児(6週間以上の間隔で2回接種)、または昭和50～52年生まれの人  
◇実施期間 9月1日(木)～10月15日(土)  
◇接種料金 乳幼児は無料(他は有料)  
◇実施医療機関

あさひクリニック	☎71-0148
砂川小児科医院	☎83-8185
たかはし小児科医院	☎81-5181
野原小児科医院	☎83-4854
山口労災病院小児科	☎83-2881
吉武医院	☎72-1110
吉武内科クリニック	☎73-0095
小野田市民病院小児科	☎83-2355
山陽市民病院小児科	☎72-1121

### 家族でエクササイズ教室

◇対象 原則として小学1～4年生とその家族(託児有り)  
◇とき 8月26日(金) 13:30～16:00  
◇ところ 県健康づくりセンター(県総合保健会館内)  
◇内容 大人の健康・体力チェック、講義「なぜ今、運動が必要か」、ウォーキング・ゲーム等の実技  
◇受講料 1組500円(託児希望者は1人につき100円追加)  
◇持参するもの 運動のできる服装、運動靴、タオル、筆記用具  
◇定員 20組(先着順)  
◇申込方法 ハガキに講座名、住所、氏名、年齢、電話番号、託児希望の有無を記入し郵送。電話・FAX・ホームページからの申し込みも可。  
◇申込期限 8月17日(水)  
◇申込先・連絡先 〒753-0811 山口市大字吉敷3325-1 健康づくりセンター研修課 (☎083-934-2200 FAX083-934-2209) <http://www.health-welfare-yamaguchi.or.jp>