

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 10月21日(金) 9:30～11:30
◇内容 保健師による講話「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

療育相談会

言葉が遅れていたり、歩かないなど、お子さんの発達で気がかりなことはありませんか。お気軽にご相談ください。
◇対象 乳幼児とその保護者
◇とき 10月11日(火) 13:00～
◇ところ・問い合わせ・申込先 保健センター
※相談を希望する人は、必ず電話で予約をしてください。

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4月生まれの幼児と未診査児
○とき 10月14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10月生まれの幼児と未診査児
○とき 10月28日(金)
○ところ 保健センター
■山陽地区在住の幼児
○対象 平成14年8～9月生まれの幼児と未診査児
○とき 11月2日(水)
○ところ 山陽保健センター
※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。

すくすく相談

(母子健康手帳持参)
■保健センター
○とき 10月6日(木)・20日(木)
■山陽保健センター
○とき 10月13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

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 10月20日(木) 10:00～11:30
◇ところ 保健センター
◇内容 キルトちゃんちゃんこ
◇費用 500円程度(布代)

ミニ運動会

◇対象 1歳児～未就学児とその親
◇とき 10月27日(木) 9:45～12:00
◇ところ 市民体育館
◇持参するもの 上履き、靴入れ
◇申込期限 10月20日(木)
◇問い合わせ・申込先 保健センターまたは各児童館

体すっきり! ニコニコ体操

◇日程 (9:30～11:00)

10月12日(水)	赤崎公民館
10月19日(水)	有帆公民館
10月24日(月)	高泊公民館
10月25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。

健康体操

◇とき 10月4日(火)・18日(火)・11月1日(火) 10:00～11:30
◇ところ 保健センター
◇内容 10月 ストレッチ体操
11月 ダンベル体操
※健康手帳、運動可能な服装をご用意ください。

血液サラサラ教室(無料)

◇対象 8月1日～10月30日に医療機関で市の基本健康診査を受診した人および国保検診を受診した人
◇とき 11月2日(水) 9:30～13:00
◇内容 健診票の見方、血液サラサラになる話、試食、個別相談等
◇定員 30人(先着順)
◇持参するもの 健診受診票、健康手帳(お持ちでない人は当日差し上げます)
◇ところ・問い合わせ・申込先 保健センター

医師による講演会

◇とき 10月20日(木) 13:30～14:30
◇ところ 赤崎公民館
◇内容 「皮膚の健康」
◇講師 今村隆志先生(新生皮膚科クリニック院長)
◇問い合わせ・申込先 健康増進課指導係(☎ 82-1178)

「ゆりの会」に参加しませんか

脳血管障害の方などを対象とする「ゆりの会」では、忘・新年会やふれあい運動会等を通じて、参加者同士が親睦をはかり、交流を深めています。『自宅療養中で話し友だちがほしい』『病院以外にどこかお出かけしたい』という人は、ぜひご参加ください。
◇とき 10月13日(木) 13:30～15:30
◇内容 福祉バザーの準備など
◇ところ・問い合わせ先 保健センター