

◎第2次山陽小野田市健康増進計画スタート!

4月から「第2次山陽小野田市健康増進計画」がスタートしました。この計画は、多くの市民および地域関係機関が健康づくりに積極的に取り組み、笑顔で過ごしていくための行動計画です。計画では、「生活習慣の改善に向けて取り組むもの」「人のつながりや地域力の醸成に向けて取り組むもの」のそれぞれに、市民や地域・関係機関、行政などの取り組みを明示しており、健康寿命の延伸を目指します。

計画の期間は、平成31年度から平成42年度までの12年間です。市民のみなさんも一緒に健康づくりに取り組み、健康寿命を延ばしましょう!

基本理念

健康づくりは ひとづくり・まちづくり

基本目標

健康寿命の延伸(健康ご長寿)

※計画の詳細は市ホームページに掲載するほか、健康増進課窓口にてご覧になれます。

このまちで笑顔で
元気に暮らそう!



【すくすく相談】(母子健康手帳持参)

- 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 4月25日(木) 9:30～11:15
- 保健センター
- とき 5月9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 4月25日(木) 10:00～11:30
- 内容 新聞紙と折り紙でつくる「かぶと」
- 保健センター
- とき 5月9日(木) 10:00～11:30
- 内容 折り紙でつくる「指人形」

【健康相談】(健康手帳持参)

- 厚狭地区複合施設
- とき 4月9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】

- もぐもぐはかせ教室
- 対象 未就園児とその保護者
- とき 5月18日(土) 10:00～10:40
- 定員 10組程度(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 5月18日(土) 10:45～11:30
- 定員 12人程度(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)