

健康だより

保健センター ☎71-1814
小野田保健センター ☎84-1220

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。

1歳6か月児健康診査

(母子健康手帳・問診票持参)

■小野田保健センター
◇とき 4月11日(金) 13:15～14:15
■保健センター
◇とき 5月7日(水) 13:15～14:15

3歳児健康診査

(母子健康手帳・問診票持参)

◇とき 4月25日(金) 13:15～14:15
◇ところ 小野田保健センター

育児学級

(母子健康手帳持参)

◇対象 生後3か月～6か月の乳児と保護者
◇申込先 保健センター
■小野田保健センター(1回目)
○とき 4月18日(金) 13:30～15:30
○内容 小児科医の講話、座談会
■保健センター(2回目)
○とき 5月16日(金) 13:30～15:30
○内容 離乳食について(実習有)
※2回で1コースとなります。

すくすく相談

(母子健康手帳持参)

◇対象 乳幼児
◇内容 乳幼児の身体計測、育児相談、
栄養相談

■保健センター
○とき 4月10日(木) 9:00～11:00
■小野田保健センター
○とき 4月17日(木) 9:00～11:00

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 4月17日(木) 10:00～11:30
◇ところ 小野田保健センター
◇内容 トレイを使った小物入れ
づくり

マタニティスクール

◇対象 妊婦とその夫(13日)
妊婦(16日・23日)
◇とき 4月13日(日) 9:30～11:30
4月16日(水) 9:30～13:30
4月23日(水) 9:30～11:30
◇ところ 小野田保健センター
※1週間前までに保健センターに
申し込んでください。

認知症老人を支える家族の集い

日ごろの介護についての悩み、疑問
など一緒に話しあってみませんか。
(介護を受ける本人の参加、送迎につ
いては事前にご相談ください)
◇とき 4月22日(火) 13:30～15:30
◇ところ 山陽総合福祉センター
(☎72-1813)

いきいき健康ウォーク 参加者募集

◇対象 4km程度のウォーキングが可能
な人

◇日程

4月15日(火)	埴生公民館出発
4月18日(金)	高千帆公民館出発
4月22日(火)	保健センター(山陽総合事務所併設) 出発
4月24日(木)	赤崎公民館出発
5月21日(水)	須恵公民館出発

※各日程とも9:45までに集合して
ください。

◇持参するもの 水分補給用の水やお茶、タオル、
歩数計(お持ちの人)、帽子など
※歩きやすい服装、運動靴でご参加
ください。

◇申込先 保健センター、小野田
保健センター

※雨天の場合は室内で体操を行います。
高千帆・赤崎・須恵公民館に
お越しの際は、上履きを持参して
ください。

元気はつらつ健康体操

◇日程

4月7日(月) (9:30～11:00)	須恵福祉会館
4月15日(火) (9:45～11:30)	保健センター
4月28日(月) (9:30～11:00)	津布田会館

◇内容 筋力アップ体操、リズム
体操、ストレッチほか
※健康手帳、運動可能な服装をご
用意ください。

4月
START!

4月1日から始まります・変わります

MRワクチンの 追加接種が始まります

幼児期に接種した麻しん・風しんワクチンの追加
接種として、「MRワクチン」の接種が実施されます。

■平成20年度対象者生年月日

第3期：平成7年4月2日～平成8年4月1日
第4期：平成2年4月2日～平成3年4月1日

平成24年
度まで

■接種期限 平成21年3月31日
※なるべく早い時期に接種してください。
■費用 無料

妊婦一般健康診査受診補助券 が変わります

妊娠届出時に交付する「妊婦一般健康診査補助券」の
回数が5回になります。詳しくは、交付時にご説明します。

◆◆ご不明な点等ありましたら、保健センターまでご連絡ください。