

健康だより

保健センター ☎71-1814
小野田保健センター ☎84-1220

お知らせ

野原小児科医院が休診されましたので、乳児健康診査と予防接種を受診することができません。

他の医療機関で受診してください。

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・健康診査票持参)

■小野田保健センター

○とき 9月12日(金) 13:15～14:15

3歳児健康診査

(母子健康手帳・健康診査票持参)

■保健センター

○とき 9月3日(水) 13:15～14:15

■小野田保健センター

○とき 9月26日(金) 13:15～14:15

ポリオ予防接種

◇対象

生後3か月～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年～52年生まれの人

◇実施期間

9月1日(月)～10月15日(水)

※医療機関への予約が必要です。

◇接種医療機関

本市および宇部市の小児科(かかりつけ医にご相談ください。)

◇接種料金

乳幼児は無料、昭和50年～52年生まれの人は有料

◇持参するもの

母子健康手帳・予防接種予診票

9月はがん制圧月間です

「検診と日々の暮らしでがん予防」

医療機関でのがん検診が来年1月31日まで(胃がん検診は11月29日まで)受診できます。年に一度の検診で早期発見につとめ、がんを予防しましょう。

※詳しくは、4月に発行した「すこやか山陽小野田」または市ホームページでご確認ください。

すくすくベビーサークル

◇対象 0歳～1歳3か月児の母親

■保健センター

○とき

9月11日(木) 10:00～11:30

○内容

三面パズルづくり

■小野田保健センター

○とき

9月18日(木) 10:00～11:30

○内容

小物入れづくり

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

9月11日(木) 9:00～11:00

■小野田保健センター

○とき

9月18日(木) 9:00～11:00

■須恵福祉会館

○とき

10月7日(火) 9:30～11:00

ミニ運動会 「みんなで遊ぼう」

◇対象 未就学児とその保護者

◇とき 9月5日(金) 9:30～12:00

◇ところ 青年の家体育館

◇内容 ミニ運動会

◇持参するもの

飲み物、タオル、上履き(土足厳禁)

◇申込先 保健センター (☎71-1815)

介護者・認知症高齢者を支える家族の集い

日ごろの介護についての悩み、疑問などを一緒に話しあってみませんか。(送迎については、ご相談ください。)

■介護者の集い

○とき

9月8日(月) 13:30～15:00

○ところ

中央福祉センター

■認知症高齢者を支える家族の集い

○とき

9月16日(火) 13:30～15:30

○ところ

山陽総合福祉センター

講演会「認知症の母と生きる」

◇とき

9月29日(月) 13:30～15:00

(受付13:00～)

◇ところ

おのだサンパーク2階イベントホール

◇講師 高玉 多美子

(下関市認知症を支える会

「キャッチボールの会」)

◇定員 120人

※講演会終了後、認知症や介護の相談会を行います。

◇問い合わせ先

社会福祉協議会 (☎83-2344)

健康体操

◇日程

9月16日(火) (9:45～11:30)	保健センター
9月22日(月) (9:30～11:00)	津布田会館
10月6日(月) (9:30～11:00)	須恵福祉会館
10月7日(火) (9:45～11:30)	小野田 保健センター

◇内容

筋力アップ体操、ストレッチ体操、リズム体操ほか

※健康手帳、運動可能な服装をご用意ください。