

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・健康診査票持参)

■小野田保健センター

○とき

6月12日(金) 13:15～14:15

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

6月11日(木) 9:00～11:00

■小野田保健センター

○とき

6月18日(木) 9:00～11:00

■須恵福祉会館

○とき

7月7日(火) 9:30～11:00

はつらつ健康ウォーク 参加者募集

初夏の公園を散策してみませんか。

◇対象 4km程度のウォーキングが可能な人

◇とき 6月10日(水) 9:30集合

※雨天の場合は中止します。

◇集合場所 江汐公園管理棟前

◇コース

管理棟～あじさい園～管理棟

◇持参するもの 飲み物，タオル，
歩数計(お持ちの人)，帽子など

※歩きやすい服装，運動靴で参加
してください。

◇申込先 保健センター(☎71-1816)

健康体操

◇日程

6月16日(火) (9:45～11:30)	保健センター
6月22日(月) (9:30～11:00)	埴生公民館
7月6日(月) (9:30～11:00)	須恵福祉会館
7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

※健康手帳，運動のできる服装をご用意ください。

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

6月19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

7月17日(金) 13:30～15:30

○内容 育児のポイント，離乳食について(実習有)

※2回で1コースとなります。

すくすくベビーサークル

■小野田保健センター

○とき

6月18日(木) 10:00～11:30

○内容 手作りおもちゃ

マタニティスクール

◇対象 妊婦とその夫(7日)
妊婦(17日・24日)

◇とき

6月7日(日) 9:30～12:00

6月17日(水) 9:30～13:00

6月24日(水) 9:30～12:00

◇ところ

保健センター(7日)

小野田保健センター(17日・24日)

※1週間前までに保健センターに申し込んでください。

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，社会福祉協議会(☎83-2344)にご相談ください。

■介護者の集い

○とき

6月15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

6月16日(火) 13:30～15:30

○ところ 山陽総合福祉センター

健康診査のお知らせ

■総合健診(集団検診)

6月1日から申込みを受け付けます。(先着順)

■医療機関での健康診査

○期間

6月1日～来年1月31日

(胃ガン検診は6月1日～10月31日)

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

子育て輪づくりサークル

◇対象 1歳～未就園児とその保護者

◇日程

※時間は各回とも9:30～11:30です。

6月23日(火)	高泊児童館 ☎83-6591
	赤崎児童館 ☎88-2491
6月24日(水)	小野田児童館 ☎84-5351
	有帆児童館 ☎83-7473
6月26日(金)	本山児童館 ☎88-3136
	出合公民館
6月29日(月)	保健センター
6月30日(火)	須恵児童館 ☎83-0960
7月1日(水)	高千帆児童館 ☎83-0970
7月2日(木)	埴生公民館
7月3日(金)	厚陽公民館

◇テーマ セタさま

◇問い合わせ・申込先

各児童館に申し込み。それ以外
は保健センター。