

◎秋の健康診査を実施します

健康診査は自分の健康状態を知り、必要に応じて生活習慣を見直すことで、病気の早期発見、早期治療に効果的な手段です。社会保険等が行う健診を受けることができない人(治療中および経過観察中を除く)は、市の健診を利用しましょう。対象年齢や自己負担金額など詳しくは、市ホームページ、「すこやか山陽小野田」でご確認いただくか、健康増進課までお問い合わせください。【集団】【個別】



■集団健診

集団健診では、がん検診(胃・肺・大腸・前立腺・子宮・乳)などの健康診査を一度に受診できます。

	実施日	場所	時間	申込期間
①	10月23日(日)	労働会館	9:30～11:30	9月8日(木)～10月13日(木)
②	10月26日(水)	有帆地域交流センター		9月8日(木)～10月17日(月)
③	10月29日(土)	保健センター	8:00～11:30	9月8日(木)～10月19日(水)
④	10月30日(日)	スマイルキッズ(託児付き)		9月8日(木)～10月20日(木)
⑤	11月6日(日)	保健センター		9月8日(木)～10月27日(木)

○申込方法 電話または窓口 関・甲健康増進課

■個別健診

医療機関で受ける健診です。直接医療機関に申し込んでください。

受診できる医療機関は「すこやか山陽小野田」、市ホームページをご覧ください。

○実施期間 令和5年1月31日(火)まで

※後期高齢者の健康診査は令和5年3月31日(金)までです。

※健診結果は受診した健診機関で確認してください。



【すくすく相談】

お子さんのことで心配なこと、分からないことなどの相談に応じます。

- 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、栄養指導

①スマイルキッズ

○日時 9月22日(木) 9:30～11:15

②保健センター

○日時 10月6日(木) 9:30～11:15

●申込方法

希望する日時の開催場所へ電話または窓口で申込み

関ココシエ(スマイルキッズ内 ☎82-2526)

関・甲健康増進課(保健センター)

【健康相談】

- 日時 9月13日(火) 9:30～11:30
- 場所 厚狭地区複合施設
- 内容 血圧・体脂肪率測定、尿検査、栄養相談、禁煙指導、健診結果における相談、日常生活上の相談、こころの相談(ひきこもり、アルコール依存)等
- 持参するもの 健康手帳(お持ちの人)

【ミニしょくいくはかせ教室】

様々な食体験を通して、家庭での食育実践をサポートする教室です。

- 対象 3歳半～就学前の子ども

●日時 11月5日(土)

①9:45～10:30 ②10:45～11:30

●場所 スマイルキッズ

●内容 ごはん炊き、すまし汁作り

●定員 各回6人(先着順)

●参加料 1人100円

●持参するもの

エプロン、三角巾、マスク、ハンカチ、お茶

●申込期限・方法

10月31日(月)までに電話または窓口で申込み
関・甲健康増進課

【9月9日は救急の日】

「救急の日」を含む9月4日(日)～10日(土)を「救急医療週間」、9月を「救急医療普及月間」としています。適切な応急手当てをすると救命効果が向上します。心肺蘇生法やAEDなどの適切な応急



手当てを覚えましょう。【心肺蘇生法】【AED】