

## ◎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、ぜひ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29日(日)	労働会館	9:30～11:30	10月6日(金)～10月19日(木)
②	11月1日(水)	スマイルキッズ (託児付き)	8:00～11:30	10月6日(金)～10月23日(月)
③	11月4日(土)	保健センター	8:00～11:30	10月6日(金)～10月25日(水)
④	11月8日(水)	有帆地域交流センター	9:30～11:30	10月6日(金)～10月30日(月)

○申込方法 電話または窓口 関・国健康増進課 (☎71-1814)

### ■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6年1月31日(水)まで

※後期高齢者の健康診査は令和6年3月31日(日)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。



### 【キッズキッチン食育教室】

食の知識やマナーを楽しく学べる教室です。

#### ■もぐもぐはかせ教室

- 対象 1歳半～3歳児とその保護者
- 日時 11月11日(土) 9:45～10:25
- 内容 オープンサンド作り!
- 定員 6組(親子12人程度、先着順)
- 参加料 1組50円
- 持参するもの ハンカチ、お茶

#### ■ミニしょくいくはかせ教室

- 対象 3歳半～就学前の子ども  
(保護者は見学のみ)
  - 日時 11月11日(土) 10:45～11:30
  - 内容 「ごはんが炊けるまで」  
オリジナルおにぎり作り
  - 定員 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
  - 場所 スマイルキッズ
  - 申込期限・方法 11月6日(月)までに電話  
または窓口
- 関・国健康増進課 (☎71-1814)

### 【母子保健推進員と「親子で遊ぼう」】

親子で遊べる様々なブースを用意しています。

- 対象 未就学児とその保護者
- 日時 10月24日(火)  
10:00～11:30
- 場所 厚狭地区複合施設
- 内容 足形・手形アート、魚釣りゲームなど
- 参加料 無料
- 申込期限・方法



当日までに電話または窓口、Web申請



関・国健康増進課 (☎71-1815)

### 【不妊専門相談】

不妊で悩んでいるご夫婦等の相談に、専門医等が対応します。お気軽に相談ください。

- 日時 10月27日(金) 15:00～17:00
- 場所 県宇部健康福祉センター
- 費用 無料 ●定員 3組(先着順)
- 申込期限・方法

10月20日(金)までに電話

関・国県宇部健康福祉センター (☎31-3202)