

◎40歳代からの骨粗鬆症^{しろう}セミナー

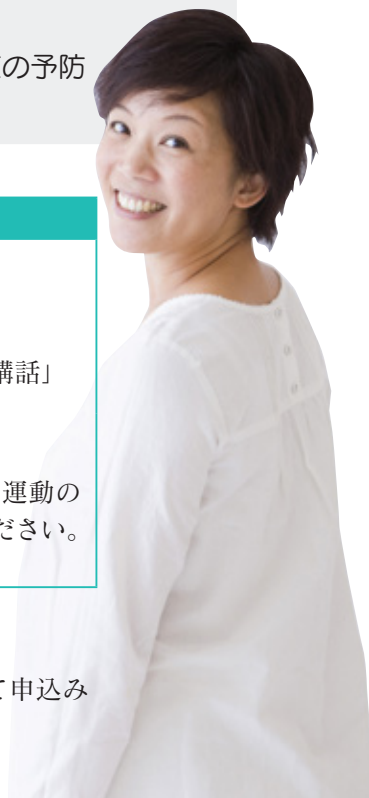
骨粗鬆症とは、骨密度が低下し、骨がスカスカの状態になり、もろくなる病気です。骨粗鬆症が進むと、少しの衝撃でも骨折をしやすくなります。特に女性や高齢者に多くみられる疾患です。

ぜひ、この機会にセミナーに参加して、40歳代からの骨粗鬆症の予防とその対策について、一緒に学んでみませんか。

- 対象 40歳以上の女性

とき・ところ	講師	内容
10月3日(木) 小野田保健センター	おもて整形外科 院長 表 寛治郎	◆ 13:15～ 受付 ◆ 13:30～ 14:30 「骨粗鬆症予防についての講話」 ◆ 14:30～ 15:30 「骨密度測定、結果説明」
10月10日(木) 保健センター	KCC 河野内科 院長 河野 道生	※軽い体操を実施します。運動のできる服装で参加してください。

- 参加料 無料
- 定員 各30人程度（先着順）
- 申込方法 各セミナー開催日の1週間前までに窓口または電話にて申込み
- 問い合わせ・申込先 健康増進課（保健センター内 ☎71-1814）



【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13日(金) 13:00～14:00

【3歳6か月児健康診査】

（母子健康手帳・健康診査票・尿持参）

- 小野田保健センター
- とき 9月27日(金) 13:00～14:00

【すくすく相談】（母子健康手帳持参）

- 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、栄養相談
- 小野田保健センター
- とき 9月26日(木) 9:30～11:15
- 保健センター
- とき 10月3日(木) 9:30～11:15

【すくすくベビーサークル】

- 対象 0歳～1歳3か月児とその保護者
- テーマ モビール
- 小野田保健センター
- とき 9月26日(木) 10:00～11:30

【介護者の集い】

- とき 9月9日(月) 13:30～15:00
- ところ 中央福祉センター
- ※送迎については、社会福祉協議会(☎83-2344)にご相談ください。

【健康相談】

- 小野田保健センター
- とき 9月12日(木) 9:30～11:30
- 保健センター
- とき 9月19日(木) 9:30～11:30

【健康体操】

- 日程 時間はいずれも9:30～11:00

10月3日(木)	赤崎公民館
10月4日(金)	出合公民館
10月18日(金)	

- 内容 健康チェック、SOSおきよう体操、はつらつ山口健康体操など