

9月の保健行事

※会場があいプラザの時は、駐車場が少ないので、公共交通機関を利用して来場してください

問 合 せ	廿日市市保健センター（あいプラザ内） ☎②1610・FAX②1611
	佐伯支所市民福祉課市民福祉係☎⑦1118・FAX⑦0415
	吉和支所市民福祉グループ☎⑦2113・FAX⑦2078
	大野保健センター☎④2660・FAX④2710
	宮島支所市民福祉課市民福祉係☎④2001・FAX④2196

備考欄は、①内容・②持ってくるもの

●育児相談【乳幼児と保護者】

と き	と ころ	受付時間	備 考
4日(木)	あいプラザ	9:30~10:30	①身長・体重測定、個別相談（保健師・栄養士による）
18日(木)			
13日(木)	宮島幼稚園	10:00~11:30	②母子健康手帳 ※28日(金)宮島台集会所は栄養士はいません
20日(木)	大野福祉保健センター	9:30~11:00	
27日(木)	津田市民センター	9:30~10:30	※津田市民センターの育児相談は、育児教室と同時開催
28日(金)	宮島台集会所（育児サークル会場）	10:00~11:30	

●育児教室【乳幼児と保護者】

と き	と ころ	実施時間	備 考
12日(木)	吉和保育園	10:00~12:30	子育てサロン ①人形劇
25日(木)	吉和市民センター	10:00~12:00	子育てサロン ①室内あそび
14日(金)	津田児童館	10:30~12:00	赤ちゃんすくすく広場 ①0歳児のサロン
27日(木)	津田市民センター	10:00~11:30	わんぱくキッズ ①ふれあい遊び

●パパママスクール【妊娠中の人とその家族】

と き	と ころ	実施時間	備 考
9日(日)	あいプラザ	10:00~12:00	①沐浴実習・妊婦体験 ②母子健康手帳要申込み

●離乳食講座【離乳初期の乳児の保護者】

と き	と ころ	実施時間	備 考
25日(木)	あいプラザ	10:00~11:30	①実演

●体若返り教室ハートピクス【宮島地域】

と き	と ころ	実施時間	備 考
6日(木)	西連集会所	14:00~15:30	①ハートピクス運動 ②タオル・飲み物・運動用靴 講師 健康運動指導士 松本直子さん

●ハートピクス

名 称	と き	と ころ	備 考
はつかいちハートピクス	24日(月)	あいプラザ	実施時間 13:30~15:30 ①運動教室と栄養・運動の個別アドバイス
おおのハートピクス	26日(水)	大野福祉保健センター	②バスタオル、飲み物、運動できる靴 ※循環器系疾患など既往歴のある人は医師に相談の上参加してください
さいきハートピクス	27日(木)	友和市民センター	

メタボリックシンドローム予防教室からハートピクスに変更しました。※はじめて参加される人はアンケート調査がありますので、13時に集合してください

対 象 市内在住の40歳以上おおむね70歳未満 参加費 無料
申込先 大野福祉保健センター会場希望者は大野福祉保健センター
友和市民センター会場希望者は佐伯支所市民福祉課
あいプラザ会場希望者は廿日市市保健センター

●健診の申し込みはもうお済みですか？

がん検診、特定健診、後期高齢者健診、C型・B型肝炎ウイルス検査など、希望する人は『平成24年度健診のしおり 保存版』をご覧ください。詳しくは健診のしおりをご覧ください。健診項目によっては定員となっているものもありますので、問い合わせください。
健診専用電話☎③2026

<廿日市地域>

と き	と ころ	受付時間	備 考
16日(日)	あいプラザ	8:30~10:00	特定健診、後期高齢者健診、C型B型肝炎検査、肺がん、大腸がん、胃がん、子宮がん、乳がん

<大野地域>

と き	と ころ	受付時間	備 考
19日(水) 21日(金) 23日(日)	大野福祉保健センター	8:30~10:00	特定健診、後期高齢者健診、C型B型肝炎検査、肺がん、大腸がん、胃がん、子宮がん、乳がん

と き	と ころ	受付時間	備 考
14日(金)	大野西市民センター	8:30~10:00	胃がん 子宮がん 乳がん
18日(木)	2区集会所		

<宮島地域>

と き	と ころ	受付時間	備 考
12日(水)	宮島棧橋横広場	8:30~10:00	胃がん、乳がん

●ヘルスチェック

と き	と ころ	実施時間	備 考
20日(木)	あいプラザ	9:30~11:00	①血圧測定、体重・体脂肪測定、尿検査、健康に関する相談（被爆者健康相談も実施、健診結果を持参してください）

●ハツラツ！はつかいち交流ウォーキング

と き	と ころ	集合時間	備 考
21日(金)	串戸市民センター	9:00	名水つゆ太郎コース約8.3km 参加費100円 串戸市民センター（☎③2096）まで申込み
29日(土)	平良市民センター	9:00	コース：①5km、②2.8km 参加費：50円 申込み：平良市民センター☎③1251 廿日市市保健センター☎②1610
10日(月)	大野7区集会所	9:00	参加費50円

献血にご協力を！

廿日市市役所

12時45分~16時30分

対象

女性 18歳以上
男性 50歳以上
体重 50kg以上
65歳未満の人

※65歳以上の人は、献血に限りません。60歳からある人

※輸血の際の感染症や副作用のリスクを減らすことができれば、40歳未満の人も献血を希望します

問合せ

廿日市市保健センター
☎②1610