

4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）
 ☎⑩1610・FAX⑩1611
 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

●4カ月児・1歳6カ月児・3歳6カ月児健診

地域により対象月齢が前後することがあります。対象者には個別に通知していますが、通知が届いていない人や日時・場所の変更を希望する人は、保健センターまたは各支所へ問い合わせてください。

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 |
|--------|----------|-------------|---|
| 5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） ②母子健康手帳 ※友和市民センターは、乳児健診と同時間開催です |
| 23日(月) | | | |
| 17日(火) | 深江集会所 | 9:30~11:00 | |
| 25日(水) | 友和市民センター | 13:30~14:00 | |

●育児教室【乳幼児と保護者】

| とき | ところ | 実施時間 | 備考 |
|--------|----------|-------------|--------------------|
| 16日(月) | 友和市民センター | 10:00~11:15 | わんぱくキッズ ①ふれあい遊び |

●パバママスクール

| とき | ところ | 実施時間 | 備考 |
|--------|-------|-------------|---------------------------|
| 22日(日) | あいプラザ | 10:00~12:00 | ①もく浴実習 妊婦体験 ②母子健康手帳 |

●ポリオ【3か月以上7歳6か月未満】

| とき | ところ | 受付時間 | 備考 |
|--------|----------------------------|-------------|-----------------|
| 6日(金) | あいプラザ | 13:30~14:15 | ②母子健康手帳、 予診票 |
| 9日(月) | 大野福祉保健センター | 13:30~14:00 | |
| 10日(火) | あいプラザ | 13:30~14:15 | |
| 11日(水) | 津田市民センター | 13:30~13:50 | |
| 17日(火) | あいプラザ | 13:30~14:15 | |
| 19日(木) | 友和市民センター | 13:30~13:50 | |
| 20日(金) | 阿品台市民センター | 13:30~14:15 | |
| 23日(月) | 吉和診療所 | 16:00~16:15 | |
| 24日(火) | あいプラザ | 13:30~14:15 | |
| 25日(水) | 宮島福祉センター ※宮島地域以外の人は要申込み | 13:50~14:00 | |
| 26日(木) | 大野福祉保健センター | 13:30~14:00 | |

不活化ポリオワクチンについて

不活化ワクチンの国内導入に向けて、国も対応を急いでいますが、平成25年3月末までに導入される予定です。（時期は未定）世界には今でもポリオが流行している地域があり、渡航者などを介して感染はどの国にも広がる可能性があります。このため、不活化ワクチンの導入までポリオワクチンの接種を待つことはお勧めできません。きちんとワクチンを接種し、ポリオの感染・国内での流行を防ぎましょう。

●ハツラツ！！元気クラブ

地域の中で元気でいきいきと生活していくために、介護予防のための勉強や、無理なく効果的な運動の仕方が学べる教室です。近所の方をお誘い合わせの上、ぜひ参加してみてください。

| 対象 | 廿日市市在住の65歳以上の人 |
|-----|---|
| ところ | あいプラザ2階 健康増進室 |
| 期間 | 平成24年5月～7月までの3か月間 |
| とき | 1グループ 毎週火曜日10:00~12:00 2グループ 毎週水曜日13:30~15:30 |
| 内容 | 健康ミニ講座：30分 専門トレーナーによる機器などを使った運動機能向上トレーニング・家でもできるストレッチ：1時間30分 |
| 定員 | 各グループ 15人ずつ |
| 参加費 | 無料 |
| 申込先 | 廿日市市保健センターへ電話で |

●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 |
|--------|----------|---------------------|--|
| 5日(木) | 大野3区集会所 | 9:00 | 参加費50円 申込不要 |
| 15日(日) | 宮園市民センター | 9:10 (受付は9:00から) | ミニ講座「ウォーキングのポイント」 講師：松本直子さん (健康運動指導士) コース：4.2km・6.2km 参加費 50円 先着 50人 申込み 廿日市市保健センター |

●ヘルスチェック

| とき | ところ | 実施時間 | 備考 |
|--------|-------|------------|--|
| 20日(金) | 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） ②健診結果（健診結果について相談がある人） |

●からだ若返り教室ハートビクス【宮島地域】

| とき | ところ | 実施時間 | 備考 |
|-------|-------|-------------|---|
| 5日(木) | 西連集会所 | 14:00~15:30 | ①ハートビクス運動 ②タオル・飲み物・運動用上靴 講師：松本直子さん (健康運動指導士) |

健康診査について大切なお知らせ

●平成24年度健診のしおりについて

平成24年度の特定健康診査・がん検診・後期高齢者健診について申込み方法や年間予定を掲載した「健診のしおり」を4月上旬に配布する予定です。また、廿日市市国民健康保険に加入している人には、特定健診・がん検診についての個別通知を5月中旬に発送する予定です。平成24年度に女性特有のがん（子宮がん・乳がん）・大腸がんの無料クーポン券の対象者には6月ごろに発送する予定です。

広報はつかいち

発行 廿日市市 〒738-8501 広島県廿日市市下平良一丁目11番1号 ☎0829⑩0001代・FAX0829⑩1059
 編集 分権政策部 総合政策課 広報統計係
 ホームページアドレス <http://www.city.hatsukaichi.hiroshima.jp/>



この広報紙は環境に優しい古紙を利用した再生紙と、大豆油インクを使用しています。

宮内市民センターが開館します

宮内市民センターでは、現在、リニューアル工事のため臨時休館し、4月9日(月)から施設を利用することができません。工事完了後、再開いたします。

なお、部屋の使用申請受付などの業務については、3月26日(月)から市民センター事務室で行います。

問合せ

自治振興課
 ☎9137
 自治振興係