

2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） ☎201610・FAX201611
	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☎442001・FAX442196

●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
7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
21日(木)		9:30~10:30	
15日(木)	友和市民センター	13:30~14:00	
14日(木)	深江集会所	9:30~11:00	

●育児教室【乳幼児と保護者】

と き	と ころ	実施時間	備 考
14日(木)	吉和保育園	10:00~12:30	子育てサロン ①雪あそび(園庭開放)
22日(木)	友和市民センター	10:15~11:15	わんぱくキッズ ①ふれあい遊び
23日(木)	宮島幼稚園	10:00~11:30	にこにこ教室 ①おやつ作り ②エプロン・三角巾・お茶、参加費100円 ※要申込み(申込は2月17日までに宮島支所まで、定員15人)

●マタニティスクール

と き	と ころ	実施時間	備 考
14日(木)	あいプラザ	10:00~12:00	①沐浴実習 ②母子健康手帳

●アレルギーの会【乳幼児と保護者】

と き	と ころ	受付時間	備 考
2日(木)	大野福祉保健センター	10:00~11:30	前日までに要申込み

●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
2日(木)	西連集会所	13:30~15:30	①ハートピクス運動 栄養士のアドバイス ②タオル・飲み物・運動用上靴 講師：松本直子さん

●親子みそづくり教室（健康おおの21）【小学生とその保護者】

と き	と ころ	実施時間	備 考
4日(土)	大野福祉保健センター	9:00~11:30	②エプロン、三角巾、参加費500円(子どものみ) ※1月27日までに要申込み(15組・初参加者優先)

●ヘルスチェック

と き	と ころ	実施時間	備 考
20日(月)	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(被検者健康相談も実施) ②健診結果(健診結果について相談がある人)

●メタボリックシンドローム予防教室

と き	と ころ	実施時間	備 考
15日(木)	大野福祉保健センター	13:30~15:30	①運動教室と栄養：運動の個別アドバイス ②バスタオル、飲み物、運動できる靴 ※循環器系疾患などの既往歴のある人は、かかりつけ医に相談の上、参加してください
23日(木)	津田市民センター		
24日(金)	あいプラザ		

※初めて参加する人は、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 み ああいプラザ会場希望者は廿日市市保健センター
大野福祉保健センター会場希望者は大野保健センター
津田市民センター会場希望者は佐伯支所市民福祉課

●ハツラツ元気クラブおおの

と き	と ころ	実施時間	備 考
1月26日(木)	大野体育館 (第二競技場)	10:00~11:30	①ストレッチ、有酸素運動、筋力トレーニング ②飲み物、タオル、体育館シューズ
2月9日(木)			
2月23日(木)			

対 象 市内在住のおおむね65歳以上の人 参加費 無料
申 込 み 不要。当日、直接会場まで来てください

●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
24日(金)	4区集会所	9:00	申込み不要

●歯と口の健康とスポーツ～スポーツは歯が命！～

と き	と ころ	実施時間	備 考
18日(土)	あいプラザ	14:00~15:30	①体の健康のためには「歯と口の健康」は欠かせません。今再び「歯と口の健康」と「スポーツ」の関係が見直されてきています。この関係を多方面からわかりやすくお話しします。 講師：歯科医師 西野宏さん 申込先：廿日市市保健センター ※定員90人

～クーポン券を活用してください。
有効期限間近になっています。～

女性特有のがん検診について

対象者には、平成23年5月27日付で無料クーポン券を配布しています。検診項目は子宮頸がん検診と乳がん検診です。

働く世代への大腸がん検診について

平成23年度9月2日付で無料クーポン券を配布しています。検査は便潜血検査法(2日間)です。

有効期限内であれば、同封した一覧表(検診実施機関)の中から選んで無料で受診することができます。この機会にぜひがん検診を受けてください。また、期限末(女性特有がん検診は平成24年2月末、大腸がん検診は平成24年3月末)は受診者数が増え、予約が混み合う可能性がありますので、早めに受診することをお勧めします。

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 ☎0829②0001代・FAX0829②1059
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。