

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

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
18日(月)		9:30~10:30	
13日(水)	友和市民センター	13:30~14:00	※友和市民センターは、乳児健診と同時開催です
19日(火)	2区集会所	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
8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
12日(水)	吉和保育園	10:00~12:30	子育てサロン ①雪あそび(園庭開放)
26日(水)	津田保育園	9:45~11:00	わんぱくキッズ ①お店屋さんごっこ(園庭開放) ※申し込みは佐伯支所
26日(水)	吉和福祉センター	10:00~12:00	子育てサロン ①パステルアート ②100円

●マタニティスクール

と き	と ころ	実施時間	備 考
28日(木)	あいプラザ	10:00~12:00	①マタニティヨガ ②母子健康手帳 ※要申込み ※託児はありません

●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(月)	あいプラザ	10:00~12:00	①実演 ※3日前までに要申込み(定員20人) ※託児はありません

●体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
7日(木)	西連集会所	13:30~15:30	①ハートビクス運動 簡易体力測定 ②タオル・飲み物・運動用上靴 講 師 松本直子さん

●ヘルスチェック

と き	と ころ	実施時間	備 考
20日(水)	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)

●ハートビクス

と き	名 称	と ころ	備 考
22日(金)	はつかいちハートビクス	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
27日(水)	おおのハートビクス	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
28日(木)	さいきハートビクス	津田市民センター	

●ハツラツ元気クラブおおの

と き	と ころ	実施時間	備 考
14日(木)	大野福祉保健センター	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 ※動きやすい服装で来てください
28日(木)			

対 象 市内在住のおおのね65歳以上の人 参加費 無料
※申込みは必要ありません。当日、直接会場まで来て下さい

●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
15日(金)	串戸市民センター	9:00	①コース 平良小学校前・宮園公園(速谷神社前) ②参加費 100円(保険料含む)飲料・タオル・帽子 申込み 串戸市民センター ☎2096
16日(土)	地御前市民センター	9:30 (9:15~受付)	①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:5.6km・7.7km ②50円、飲み物、タオル 申込み 地御前市民センター ☎2360、廿日市市保健センター
22日(金)	4区集会所	9:00	②飲み物・タオル・帽子 参加費50円 申込み 不要

●個別健診

お近くの医療機関で特定健診(40歳~74歳までの廿日市市国民健康保険加入者)が無料で受診できます。
まだ受診をしていない人は直接、医療機関へ予約・申込みしてください。有効期限は、3月15日(金)までです。
併せて、大腸がん検診・子宮頸がん検診・乳がん検診も受診できます。
特定健診を受けるために必要な受診券(ピンク色)を紛失した人は再発行可能です。保健センターへ問い合わせください。

~無料クーポン券を活用ください。有効期限間近です。~

下記の対象者には無料クーポン券を郵送しています。
有効期限は大腸がん(3月15日(金)まで)子宮頸がん・乳がん(2月28日(木)まで)です。ぜひこの機会にがん検診を受診してください。

検査項目	対象年齢	生年月日
子宮頸がん	20歳	平成3年4月2日~平成4年4月1日
	25歳	昭和61年4月2日~昭和62年4月1日
	30歳	昭和56年4月2日~昭和57年4月1日
	35歳	昭和51年4月2日~昭和52年4月1日
	40歳	昭和46年4月2日~昭和47年4月1日
大腸がん	40歳	昭和46年4月2日~昭和47年4月1日
	45歳	昭和41年4月2日~昭和42年4月1日
	50歳	昭和36年4月2日~昭和37年4月1日
	55歳	昭和31年4月2日~昭和32年4月1日
	60歳	昭和26年4月2日~昭和27年4月1日

メタボリックシンドローム予防教室からハートビクスに名前が変更しました。
※はじ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

講 師 松本直子さん 参加費 無料
対 象 市内在住の40歳以上おおのね70歳未満の人
申 込 み 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希望者は大野福祉保健センター
津田市民センター会場希望者は佐伯支所市民福祉課

就学費の援助

廿日市市立小・中学校に在学し、経済的な理由により、就学が困難と認められる児童・生徒の保護者に、学用品や学校給食などの経費を援助します。

援助を希望する人は、現在通っている学校へ申し出て下さい。

また、廿日市市以外の場合は、中学校に在学している場合は、委員会へ相談してください。

問 合 せ

☎ 教育指導課 2012

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 ☎0829@0001代・FAX0829@1059

編集 分権政策部 広報統計課 広報統計係

ホームページアドレス

http://www.city.hatsukaichi.hiroshima.jp/ フェイスブックアドレス http://www.facebook.com/hatsukaichicity



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。