

保健の掲示板 9月

問合せ先
健康づくり推進課 ☎32—1111
松橋保健福祉センター ☎32—7100
各支所健康増進係（三角☎52—2311 不知火☎33—1111
小川☎43—1111 豊野☎45—2111）

乳幼児予防接種

項目	対象者	実施日	受付時間	会場	備考
三種混合	満3か月～90か月未満 の未接種者	6日(水) 6日(水) 12日(火) 13日(水) 19日(火)	13:30～13:45 13:00～13:30 13:00～13:30 13:30～14:00 13:00～13:15	不知火老人福祉センター 小川保健センター 豊野公民館 松橋保健福祉センター 三角保健センター	
B C G	満3か月～6か月未満 の未接種者	6日(水) 7日(木) 19日(火)	13:30～13:45 13:00～13:30 13:00～13:15	不知火老人福祉センター 松橋保健福祉センター 三角保健センター	小川・豊野は3～4か月児健診 と同時実施

成人健康診査

項目	対象者	実施日	時間	会場	備考
胸部レントゲン検診	40歳以上 (申込者・希望者)	13日(水)～15日(金)	指定時間	豊野地区巡回	詳細については 20ページをご参 照ください。
		19日(火)・20日(水)	指定時間	三角地区巡回	
		21日(木)・22日(金)	指定時間	不知火地区巡回	
子宮がん検診 (市内医療機関)	20歳以上 (偶数年齢) (申込者・希望者)	9月1日(金)～ 11月30日(木)	指定時間	日日医院 松橋レディースクリニック	希望者は、要連 絡。

成人健康づくり教室・健康相談

項目	対象者	実施日	時間	会場	備考
豊野うきうき サロン	老人会	4日(月) 26日(火)	9:30～11:30 9:30～11:30	豊野福祉センター 上糸石公民館 (☎45—3754)	
ボディートーク 健康教室	教室生	8日(金)・29日(金)	9:30～11:30	松橋保健福祉センター	
健康相談	どなたでも	19日(火) 22日(金)	9:30～11:30 10:30～12:00	豊野公民館 小川保健センター	

講演会に参加して体を動かすのもいいものです!

健康宇城市21運動講演会

日時：9月10日(日)
午前9時30分～

場所：不知火公民館2階
大会議室

※体験メニューもあります
ので動きやすい服装でお
越しください。

問 健康づくり推進課
☎32—1111



自分と周りの家族・友人が
心身共にいきいきと元気に生
活できるよう、自分の体をよ
く知り、自分なりの健康づく
りを実践したいものです。

毎日の生活の中で、あなた
はどのくらい体を動かしてい
ますか？ 保健福祉動向調査
によると、日常生活の中で意
識的に体を動かすなどの運動
をしている人の割合は、男性
52・6%、女性52・8%です。

健康宇城市21では、「日常
生活の中で自分に合った適度
な運動の習慣付けをする」
「身近な環境で家族や地域の
人々と一緒に、自分に合った
運動やスポーツを楽しむ」こ
ろ。

・家事で体を動かす。
・運動を趣味にする。

・仕事が終わってからジョギ
ング、ミニバレー、テニス、
ウォーキングなどをする。
・通勤や買い物は自転車や徒
歩で行く。
・地域の人とグラウンドゴル
フや体操、ソフトボールをす
る。

日常生活の中に体を動かす機会を増やそう！

健康宇城市21シリーズ③

主な会場の電話番号
三角保健センター ☎52—2311
不知火老人福祉センター ☎32—1316
不知火公民館 ☎32—0277
松橋保健福祉センター ☎32—7100
小川保健センター ☎43—0145
豊野公民館 ☎45—3700
豊野支所 ☎45—2111
豊野福祉センター ☎45—3944

乳幼児の健康、妊婦・育児相談

項目	対象者	実施日	受付時間	会場	備考
2か月児相談	H18.7月生まれ	5日(火) 7日(木) 19日(火) 21日(木) 28日(木)	9:40～10:00 10:00～10:10 13:00～13:30 13:10～13:30 13:15～13:30	不知火老人福祉センター 豊野公民館 小川保健センター 三角保健センター 松橋保健福祉センター	
3～4か月児健診	H18.5月生まれ	13日(水) 14日(木) 28日(木)	13:10～13:30 9:00～9:20 12:45～13:15	三角保健センター 不知火老人福祉センター 小川保健センター	
5か月児相談	H18.4月生まれ	28日(木)	9:15～9:30	松橋保健福祉センター	
6～7か月児健診	H18.2月生まれ	13日(水) 14日(木) 14日(木) 26日(火)	13:10～13:30 9:00～9:20 12:45～13:15 12:30～13:00	三角保健センター 不知火老人福祉センター 小川保健センター 松橋保健福祉センター	
1歳児相談	H17.8月生まれ H17.7～8月生まれ	5日(火) 6日(水)	13:00～13:25 13:10～13:30	松橋保健福祉センター 三角保健センター	
1歳6か月児健診	H17.2月生まれ	15日(金) 27日(水)	12:30～13:00 12:45～13:15	松橋保健福祉センター 小川保健センター	
2歳児歯科健診	H16.4～5月生まれ H16.5月生まれ H16.4～5月生まれ	5日(火) 12日(火) 14日(木)	13:00～13:30 13:00～13:30 13:00～13:20	小川保健センター 松橋保健福祉センター 不知火老人福祉センター	
3歳児健診	H15.8月前半生まれ H15.8月後半生まれ	8日(金) 22日(金)	12:30～13:00 12:30～13:00	松橋保健福祉センター 松橋保健福祉センター	
母子健康手帳 の交付	妊婦	7日(木)・14日(木) 21日(木)・28日(木)	9:45～10:00	三角保健センター	※1日(金)、8 日(金)、15日(金)、 22日(金)、29日 (金)はにここに 広場・母子相談 (対象者:乳幼 児と保護者)と 同時実施
		1日(金)・8日(金) 15日(金)・22日(金) 29日(金)	10:00～11:30	不知火老人福祉センター*	
		6日(水)・13日(水) 20日(水)・27日(水)	9:30～9:45	松橋保健福祉センター	
		5日(火)・19日(火)	9:30～10:00	小川保健センター	
		12日(火)・26日(火)	9:30～10:00	豊野支所	
母子相談	乳幼児・保護者	6日(水) 11日(月) 29日(金)	10:00～11:00 13:30～15:00 10:00～12:00	三角保健センター 松橋保健福祉センター 小川保健センター	11日(月)は30 分ごとの予約 制
子育て広場	就園前の乳幼児・保護者	5日(火)・12日(火) 19日(火)・26日(火)	10:00～10:30	三角保健センター	
子育て広場ワイ ワイセミナー	就園前の乳幼児・保護者	6日(水)	9:30～9:50	松橋保健福祉センター	
マタニティボディ ートーク(産婦)	産婦	6日(水)・20日(水)	9:30～11:00	松橋保健福祉センター	30分ごとの予約 制
マタニティボディ ートーク(妊婦)	妊婦	13日(水)・27日(水)	9:30～11:00	松橋保健福祉センター	30分ごとの予約 制
マタニティボディ ートーク	妊婦	27日(水)	14:00～14:30	豊野公民館	
虹色のふうせん (療育ネットワーク の会)	体や心の発達に心配の ある子どもたちその家 族及び関係者	27日(水)	13:00～13:30	松橋保健福祉センター	
こうのとりの学級	妊婦とその夫・家族	9日(土)	9:00～9:15	松橋保健福祉センター	予約制