

山口きらら博記念公園に 中国地方最大級となる施設がオープン！

4/25
オープン



【フラワーガーデン】
2.5haの広大な敷地で、
全11品目、18万株の花
を楽しむことができます。
この時期は、マリーゴールドやバーベナ、パチュニアが見ごろを迎えています。

6/4
オープン



【大型複合遊具広場】

高さ20メートルの大型複合遊具をメインに、各エリアにはインクルーシブに配慮した遊具も配置し、敷地全体には安全対策のゴムチップ舗装を施しています。

いずれの施設も利用は無料です。詳細は、右の二次元コード（山口きらら博記念公園ホームページ）をご参照ください。



山口県山口きらら博記念公園交流拠点化推進室
☎083-933-3732

里親制度説明会「里親カフェ」

里親制度の周知および理解の促進を図るとともに、新たな里親の担い手を確保するため、里親制度説明会『里親カフェ』を開催します。

バイザー、親・子の片づけインストラクター1級
▼持参品 筆記用具
▼託児 無料（要申し込み）
申込 8月5日（火）までに、下の二次元コードまたは電話で、社会教育課 ☎083-9334-2865



ファミリー・サポート・センター会員募集

子育ての支援を受けたい人と援

▼日時 8月23日（土）14時～15時30分
▼場所 カフェ&ギャラリー ラ・セーヌ（後河原121）
▼内容 里親体験談、里親制度に関する相談対応
▼料金 無料（お店が提供しているドリンクメニュー1品をサービス）
申込 里親養育サポートセンターより ☎0835-28-8776

子どもの定期予防接種

【麻しん、風しん（MR）】

麻しん、風しんはウイルスによって引き起こされる感染力の強い感染症です。予防するためには、2回の予防接種が必要です。1歳になったらなるべく早く、1期の予防接種を受けましょう。また、十分な免疫をつけるため、2期の予防接種も忘れずに受けましょう。



健康

各保健センター等の所在・連絡先は17ページ下参照

助したい人が会員となり、有償で保育施設までの送迎や、仕事のときの子どもの預かりなどをし、子育てを支えあいましょう。詳細は下の二次元コード参照。
▼持参品 写真（会員登録をする保護者のもの 縦3cm×横2cm）
申 山口市ファミリー・サポート・センター（カリエンテ山口）、ほっとさろん西門前ととと、各総合支所総合サービス課（小郡、秋穂、阿知須、徳地、阿東）
山口市ファミリー・サポート・センター ☎083-928-4150



【日本脳炎】

・2期：小学校就学前の1年間（いわゆる年長児）

日本脳炎は日本脳炎ウイルスにより発生する病気で、蚊を介して感染します。意識障害や麻痺等を引き起こし、後遺症が残ったり死に至ることもあります。まだお済みでない方は予防接種を受けましょう。

▼標準的な接種年齢

・1期初回（2回）…3歳
・1期追加（1回）…4歳
・2期…小学4年生

※平成17年度から21年度まで予防接種のご案内を差し控えていたため、平成19年4月1日までに生まれた20歳未満の方は無料で接種できます。母子健康手帳等で接種の記録を確認しましょう。

【二種混合】

二種混合ワクチンは、ジフテリア、破傷風を予防するワクチンです。まだ接種がお済みでない方は、予防接種を受けましょう。なお、任意接種として百日咳の予防を目的に、二種混合ワクチンの代わりに三種混合ワクチンを自費で接種することもできます。詳しくはかかりつけの医療機関へご相談ください。

▼対象年齢 11歳～13歳未満

▼標準的な接種年齢 小学6年生

◆いずれも

▼持参品 母子健康手帳、予防票（お

持ちの方
各保健センター

複合集団検診
(徳地・南部地域)

1日に2つ以上のがん検診を受診できる複合集団検診を実施します。詳細は「令和7年度山口市けんしんガイド」や、5月下旬に送付したがん検診等受診券をご覧ください。

※10月17日(金)の子宮・乳がん検診は託児付きです。託児希望の方を優先しますが、託児が不要の方も検診の申し込みが可能です。

▼内容 ①胃がん検診、②子宮・乳がん検診、③肺がん検診、④大腸がん検診、⑤市国民健康保険の特定健康診査・後期高齢者医療制度の健康診査、⑥協会けんぽの被扶養者の特定健康診査

申 がん検診(要予約・要受診券)

は、8月1日(金) 9時から、下の二次元コードまたは電話で、徳地



地域：徳地保健センター、南部地域：小郡保健福祉センター／健康診査(予約不要・要受診券)

は、保険年金課／市国民健康保険の特定健康診査：国保担当 ☎

083・934・2802、後期高齢者医療制度の健康診査：後期高齢担当 ☎083・934・

2969、協会けんぽの特定健康診査(要予約)は、全国健康保険協会山口支部 ☎083・974・1501

期日	場所	内容・時間
10/1 (水)	徳地域交流センター八坂分館	①②③④⑤ 8 時 30 分～ 11 時
10/5 (日)	徳地域交流センター島地分館	
10/7 (火)	徳地文化ホール	①②③④⑤⑥ 8 時 30 分～ 11 時
10/16(木)		①④ 8 時 30 分～ 11 時
10/14(火)	阿知須健康福祉センター	①②③④ 8 時～ 10 時、 ②③④ 9 時～ 10 時 30 分、 ③④ 10 時～ 11 時 30 分、 ⑤ (10/16 のみ) 8 時～ 11 時 30 分 ⑥ (10/18 のみ) 8 時～ 11 時 30 分
10/16(木)	秋穂保健センター	
10/17(金)	小郡保健福祉センター	
10/18(土)		

若い世代のヘルスチェック

忙しい日々の中で、少し時間を取って、自分自身の体を振り返ってみませんか。詳細は下の二次元コード



参照。

▼内容 1回目：

健康診査(身体測定、血圧測定、血液検査、尿検査、腹囲測定、医師の診察)、2回目：保健師や管理栄養士による結果説明、個別相談、健康運動指導士による運動の紹介

▼対象 18歳～39歳の市民で血液検査を含む健診機会のない方(妊婦、職場等で健診受診が可能な方は除く)

▼料金 500円

▼託児 要申し込み

申 下の二次元コードまたは電話で、小郡保健福祉センター、保健センター

	期日	場所	受け付け	定員
1回目	9/17(水)、18(木)	小郡保健福祉センター	9時～11時	160人
2回目	10/29(水)、30(木)		9時～11時30分	
1回目	9/25(木)、26(金)、29(月)	保健センター	9時～11時	240人
2回目	11/4(火)～7(金)		9時～11時30分	

健康チェック・健康相談会

【知ろう！防もう！ロコモ&低栄養対策】

▼日時 8月6日(水) 13時～15時、7日(木) 9時～11時

▼内容 体組成(筋肉量・脂肪量)測定、立ち上がりテスト、保健師・管理栄養士による健康相談など

▼託児 要申し込み

※体調の悪い方は参加をご遠慮ください。体組成測定をご希望の方は裸足になれる服装でお越しください。

▼対象 市民で健康づくりに関心のある方、健康診査結果についてご相談のある方など

▼持参品 各種健康診査結果(お持ちの方)

所 保健センター(健康増進課)

私たちのためのころからだケア

女性のころからだは女性ホルモンの影響でさまざまな不調が生じたり、病気のリスクが高まります。自身の健康について考えるきっかけにしませんか。

▼日時 8月4日(月) 10時～12時(9時30分から受け付け)

※託児をご利用の方は、9時50分までにお越しください。

▼対象 市民(女性) 先着30人程度

▼内容 「女性のころからだと一生」、「女性のためのリフレッシュエクササイズ」

▼講師 宮田知子氏(田村産婦人科医院・医師)、澄川絵里奈氏(健康運動指導士)

▼料金 50円

▼持参品 フェイスタオル、水分補給用の飲み物、筆記用具、室内用運動靴、動きやすい服装

▼託児 要申し込み

健康づくりは、みんなが主役!



正しい熱中症対策で、この夏を乗り切ろう!

熱中症特別警戒アラートの発表時は、気温が著しく高くなることにより熱中症による重大な健康被害が生じる恐れがあることを意味しています。そのため、普段よりも積極的な熱中症対策を行いましょう。

◆ 健康づくりクイズ ◆

Q. 熱中症特別警戒アラートが発表された際、次のうち、どのような行動が望ましいでしょう。

- ① エアコンが効いた涼しい室内で過ごす
- ② 運動する際は、涼しい環境で行う
- ③ 高齢者など周囲の人を気かけ、声かけを行う

熱中症特別警戒アラートが発表されているときは、全ての方が涼しい環境で過ごすことが大切です。また、涼しい環境や熱中症対策が徹底されている環境以外では、運動は控えましょう。

熱中症対策については、市ウェブサイト（右の二次元コード）に詳しく掲載しています。



保健センター（健康増進課）

25: 25

メデイフィットラボで体を動かそう!

楽しく体を動かしませんか。親子での参加や、大人のみでの参加もお待ちしております。

▼日時 8月1日（金） 10時～12時
（9時30分から受け付け）
▼場所 メデイフィットラボスポーツクラブ（小郡令和一丁目1番2号）

所申 7月31日（木）までに、下の二次元コードまたは電話で、小郡保健福祉センター



▼内容 運動体験（運動チューブを使ったストレッチなど）、施設内プチツアー
▼講師 鈴木英明氏（健康運動指導士）
▼対象 小学生～50歳代の市民先着20人（要申し込み、小中学生は保護者同伴）
▼料金 50円
▼持参品 筆記用具、タオル、飲み物、室内用運動靴、運動のできる服装
申 7月30日（水）までに、



- ◇保健センター
糸米二丁目 6-6
・健康増進課 ☎ 083-921-2666
・子育て保健課 ☎ 083-921-7085
- ◇小郡保健福祉センター
小郡下郷 609-5
☎ 083-973-8147
- ◇徳地保健センター
徳地堀 1561-1
☎ 0835-52-1114
- ◇阿東保健センター
阿東徳佐中 3382
☎ 083-956-0993

申 開催日前日までに、下の二次元コードまたは電話で、メデイフィットクラブ ☎ 083・902・5290



▼対象 各回先着30人
▼料金 500円
▼持参品 タオル、飲み物
▼内容 トレーナーによるヨガ・骨盤矯正ストレッチ・ダンベル体操などの運動教室と医療・福祉専門職による健康講座

▼日時 7月17日、24日、31日、8月7日、21日、28日（いずれも木曜）10時～12時
▼場所 湯田温泉こんこんパーク（湯田温泉五丁目2・15）

ウェルビーイングプロジェクト

上の二次元コードまたは電話で、小郡保健福祉センター

急な病気やケガ等で救急車を呼ぶか病院に行くか迷ったときは

【小児救急医療電話相談】

- 対象 子ども（15歳未満）
- 電話 # 8000 または 083-921-2755
- 相談日時 毎日 19時～翌日 8時
- 【救急医療電話相談】
- 対象 おとな（15歳以上）
- 電話 # 7119 または 083-921-7119
- 相談日時 毎日 24時間
- ※相談は、いずれも看護師と医師が対応します。

山口・防府地域夜間こども急病センター

- 住所 八幡馬場 53-1（山口赤十字病院内）
- 電話 083-921-8025
- 診療日時 毎日 19時～22時
- 診療科目 小児科（0歳～中学生の内科的疾患）
- ※けがや軽いやけどなどは外科で診療しますので、休日・夜間急病診療所を受診してください。
- ※受診される前に、必ず電話をしてください。

休日・夜間急病診療所

- 住所 糸米二丁目 6-6
- 電話 083-925-2266
- 【内科（高校生以上）・外科】
- 診療日時 毎日 19時～22時
- ※受診される前に、必ず電話をしてください。
- 【歯科】
- 診療期日 日曜、祝日、8/14～16、12/29～1/3
- 診療時間 9時～13時