

# 健康ガイド

## 健康診査

### 乳児健康診査

- 岡田クリニック Tel.22・2717
  - 3カ月児・7カ月児健康診査
    - ・月～金曜日 8:30～17:00
    - 土曜日 8:30～12:00
  - 長門総合病院 Tel.22・2220
  - 3カ月児健康診査(110日以降)
    - 毎週火曜日 13:00～14:30
    - 7カ月児健康診査
      - 10/3(木)、10(木)、24(木)
- ※母子健康手帳と乳児一般健康診査受診票を持参すること

### 3歳児健康診査

- 対象 22年9月生まれの子
- 日時 10/22(火) 13:00～13:30
- 会場 長門市保健センター
- 必要なもの 母子健康手帳等

## 検診



### 肺がん検診

- 日時/会場
  - ・10/5(土) 油谷地区内巡回
  - ・10/12(土) 15(火)、19(土)、25(金) 長門地区内巡回
  - ・10/21(月)、30(水) 三隅地区内巡回
- 必要なもの 受診票

### 休日乳がん検診

- 日時 10/20(日)
  - 受付時間 8:30～10:00
  - 場所 長門総合病院
  - 内容 乳がん検診(視触診およびマンモグラフィ検査)
  - 対象 40歳以上の女性
- ※ペースメーカー装着、豊胸手

術をしている人は除く

※昨年度および今年度、市の乳がん検診を受診した人は除く

● 自己負担金 2,000円

※40歳および乳がん検診クーポン券該当者は無料

● 定員 20人(先着)

● 申込期限 10/11(金)

● 申し込み・問い合わせ 長門市保健センター

Tel.23・1133

## 相談



### 健康相談

- 対象 成人
- 日時/会場
  - ・毎週木曜日 9:00～11:30
  - ・10/10(木) 宇津賀集落センター 9:00～12:00
  - ・10/2(水) 長門市保健センター 9:30～11:30
  - ・10/7(月) 日置保健センター 9:30～11:00
  - ・10/10(木) 川尻老人憩いの家 9:30～11:00
  - ・10/10(木) 宇津賀集落センター 9:00～12:00

### 育児相談

- 対象 乳幼児と保護者
- 日時/会場
  - ・10/4(金) 9:30～11:30
  - ・10/11(金) 10:00～11:30
  - ・10/16(水) 10:00～11:30
  - ・10/18(金) 9:30～11:30
  - ・10/25(金) 9:30～11:00

### 禁煙相談(要予約)

- 日時/会場 10/8(火) 13:00～16:00
- 会場 長門健康福祉センター
- 予約 長門健康福祉センター
- 電話 Tel.22・2811

### 心の健康相談(要予約)

- 日時/会場 10/15(火) 14:00～16:00
- 会場 長門健康福祉センター
- 電話 Tel.22・2811

## 教室



### 教室(要予約)

- パパママ入門教室
  - 日時/会場 10/20(日) 13:30～16:00
  - 会場 長門市保健センター
- 必要なもの 母子健康手帳等
- むし歯予防教室
  - 日時/会場 10/31(木) 13:30～15:00
  - 会場 三隅保健センター

図書館だより

# 図書館へ行こう!

Let's Go To the Library!

長門市立図書館 Tel.26-5123  
ゆや分館 Tel.33-0051  
http://www2.lib-nagato.jp/  
e-mail lib-nagato@hotmail.com

- 10月の休館日 -

本館 2(水)・7(月)・14(月)・15(火)・21(月)・28(月)  
ゆや分館 7(月)・14(月)・15(火)・21(月)・28(月)

### 10月の休館日について

10月14日(月)は体育の日のため休館、また翌15日(火)も振替休館します。

### 古本回収に協力を!

11月3日(日)の文化の日に、第9回図書館まつり(図書館まつり実行委員会)

### アニメ上映会(視聴覚室・入場無料)

- 10/5(土) 13:30～ 「ピーターパン」 (77分)
- 10/26(土) 13:30～ 「よりぬきキテレツ大百科⑦ ～ちよっと謎?のあるお話編」 (50分)

### 定例行事 \*はおはなしのへや

- としょかんひなの会\* 10/4(金) 10:30～
- 紙芝居の会\* 10/5(土)・19(土) 15:00～
- おはなしポケット\* 10/12(土) 15:00～
- 絵本を楽しむ会\* 10/17(木) 10:30～
- たまごの会\* 10/25(金) 10:30～
- おはなしの会\* 10/26(土) 15:00～
- 長門読書会(研修室) 10/27(日) 13:30～
- よみっこくらぶ(ゆや分館) 10/12(土)・26(土) 15:00～
- ゆりかご(ゆや分館) 10/22(火) 10:30～

### 移動図書館車 ぐるブック号運行中!

- Aコース 10/3(木)・17(木)
- Bコース 10/9(水)・23(水)
- Cコース 10/11(金)・25(金)

### 今月のオススメ本

『あん』

どら焼き店を漫然と営む男が出逢った、絶品の館を作る老女。その館に隠された彼女の壮絶な人生に触れ、男はどら焼きと、己自身と真剣に向き合い始める。彼らの交流を通して生まれてきた意味を問う長編小説。ドリアン・助川/著・ポプラ社/出版

### ブラリアンとユダの聖杯伝説

- 上映期間 10/16(水)～10/20(日)
  - 日程 8 Mile 10/16・18・20
  - 14時 10/17・19
  - 10時 10/16・18・20
  - 10時 10/17・19
  - 10時 10/16・18・20
- ※上映許可を得た作品を上映します。場合によっては、上映タイトルを変更する場合があります

### 子育てや進路など悩み解決をお手伝い

- 図書の本と、館長の経験を元にした談話会です。個人の相談も可能です。
- 日にち 11/24(日)・30(土)
- 時間 10時～11時30分
- 人数 制限はありません
- 対象 小・中学生の保護者
- 受付 10/15(火)～31(木)
- 申込先 図書館 Tel.26・5123

### 愛します!守ります!長門の海!



## 仙崎海上保安部

山口県長門市仙崎1026-2 ☎26-0240

仙崎海上保安部ホームページ  
http://www.kaiho.mlit.go.jp/07kanku/senzaki/senzaki-kotsu@kaiho.mlit.go.jp

### 漁船海難防止強化運動!

仙崎海上保安部では、「全国漁船安全操業推進月間」である10月に、「漁船海難防止強化運動」を実施します。

同運動の目的は、漁業関係者の安全意識の高揚・啓発を図り、漁船海難とそれに伴う死亡・行方不明者を減少させることとです。

①救命胴衣の常時着用②連絡手段の確保はもちろん、③出港前の安全点検、④航行中のみならず操業・作業中も含めた見張りの徹底、⑤気象・海象情報の早期把握に努め、海難を起さないようにしましょう!

### 船舶海難・人身事故発生状況

船舶海難	人身事故	
	死亡不明者数	行方不明者数
8月	3	0
平成25年計	6	0
24年同時期	4	0

ライフジャケットを常時着用しよう! 携帯電話など連絡手段を確保しよう! 海のもしものは「118番」へ!