

# 健康ガイド

## 健康診査

### 乳児健康診査(要予約)

岡田クリニック

Tel 22・2717

● 1カ月児・3カ月児・

7カ月児健康診査

・月～水・金曜日

8:30～12:00

13:30～17:00

木・土曜日 8:30～12:00

● 長門総合病院 Tel 22・2220

● 1カ月児健康診査(28日以降)

毎週月曜日 13:00～14:30

● 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

毎週木曜日 13:00～14:30

● 共通して必要なもの

・母子健康手帳

・乳児一般健康診査受診票

### 1歳6カ月児健康診査

● 対象

平成30年5・6月生まれの子ども

● 日時 1/8(水)

受付 13:00～13:30

● 場所 長門市保健センター

● 必要なもの 母子健康手帳など

● 場所/申し込み/問い合わせ

長門市保健センター

Tel 23・1133

## 教室(要予約)

### 赤ちゃん教室

● 日時 1/22(水)

13:30～15:00

● 対象

生後4・5カ月児の保護者

● もぐもぐ赤ちゃん教室

● 日時 1/24(金)

13:30～15:00

● 対象

生後6・7カ月児の保護者

● 内容 離乳食の進め方、育児

についての学習・交流

《共通事項》

● 必要なもの 母子健康手帳

● 場所/申し込み/問い合わせ

長門市保健センター

Tel 23・1133

### パパママ入門教室

● 日時 1/19(日)

13:30～16:00

● 内容 お風呂の入れ方、オムツの替え方、抱っこの仕方

などの体験・交流

● 必要なもの 母子健康手帳

● 場所/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

● 内容 生活習慣病など健康相談、血圧測定、尿検査

● 日時/場所

毎週木曜日 9:00～11:30

長門市保健センター

1/7(火) 9:30～11:00

川尻老人憩いの家

1/8(水) 9:30～11:00

黄波戸漁村センター

1/9(木) 9:30～11:30

日置保健センター

1/23(金) 9:30～11:30

三隅保健センター

Tel 23・1133

### 育児相談

● 対象 乳幼児と保護者

● 日時/場所

1/10(金) 10:00～11:30

日置保健センター

1/15(水) 9:30～11:00

油谷保健福祉センター

1/17(金) 9:30～11:30

長門市保健センター

1/24(金) 9:30～11:00

三隅保健センター

● 日時/場所

1/22(水) 9:00～11:30

地域医療連携支援センター

● 対象 認知症で相談したい人

● 日時/場所

1/22(水) 9:00～11:30

油谷保健福祉センター

● 申し込み/問い合わせ

長門市地域包括支援センター

Tel 23・1244

### 禁煙相談(要予約)

● 日時/場所

1/14(火) 13:00～16:00

長門健康福祉センター

Tel 22・2811

### 心の健康相談(要予約)

● 日時/場所

1/17(金) 14:00～16:00

長門健康福祉センター

Tel 22・2811

※予約は1週間前までに

## 検診

### 風しん抗体検査(要予約)

● 対象 妊娠を希望する女性・

その配偶者、妊娠中の女性の同居者・配偶者

● 日時/会場/問い合わせ

1/28(火) 13:00～14:00

長門健康福祉センター

Tel 22・2811

※対象者には詳細な要件があるので、前日までに連絡をお願いします

1/28(火) 13:00～14:00

長門健康福祉センター

Tel 22・2811

※対象者には詳細な要件があるので、前日までに連絡をお願いします


アニメ・DVD上映会 (視聴覚室・入場無料)	
タイトル	上映日時
Love スヌーピー (88分)	1/25(土) 13:30～
学研図鑑「宇宙」	1/5(日) 14:00～14:50

定例行事 (★の会場はおはなしのへや)	
行事名	開催日時
かみしばいの会★	1/18(土) 15:00～
おもちゃの森(視聴覚室)	1/9(木) 10:00～11:30
おはなしの森★	1/11(土) 15:00～
絵本を楽しむ会★	1/16(木) 10:30～11:30
さっちゃんのかみしばい★	1/18(土) 11:00～
たまごの会★	1/24(金) 10:30～
長門読書会(研修室)	1/25(土) 14:00～
くずし字講座(研修室)	1/25(土) 10:00～12:00
おはなしの会★	1/25(土) 15:00～
よみっこくらぶ (ゆや分館)	1/11(土) 15:30～
ゆりかご(ゆや分館)	1/21(火) 10:30～

ぐるブック号運行中!

・通・三隅方面	1/9(木)・23(木)
・湯本・俵山方面	1/15(水)・29(水)
・日置・油谷方面	1/17(金)・31(金)

今月のオススメ本  
『天保十四年のキャリーオーバー』



五十嵐貴久/著 PHP 研究所/出版  
天保の改革の時代、町奉行・鳥居の私欲のために理不尽な思いをした市川團十郎、矢部鶴松、立川談志、お葉。金が何より大事な鳥居への復讐を誓う4人は、富くじの裏で貯め込んだ100万両を根こそぎ奪うことを企てる。いかような方法で奪い取るのか!?

年始の開館について  
本館は1月5日(日)から、分館は1月4日(土)から開館します。  
1月13日(月)は本館のみ休館します  
1月13日(月)は、成人の日で祝日のため、本館は休館します。分館は開館しますので、ご利用ください。

図書館だより  
Let's Go to the Library!

# 図書館へ行こう!

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

- 1月の休館日 -  
本館 1(水)～4(土)・6(月)・13(月)・14(火)・20(月)・27(月)  
ゆや分館 1(水)～3(金)・6(月)・14(火)・20(月)・27(月)

- ・分館開館時間 9:00～17:00  
なお、翌14日(火)は、振替休館となるため、本館・分館とも休館します。
- ・コーティング講座  
日時 2/9(日)
- ① 10:00～11:30 ② 14:30～16:00
- ・対象 小学5年生以上
- ・定員 各10人
- ・持参物 本(5冊程度)、はさみ、定規(30cm程度)
- ・申込期間 1/15(水)～1/31(金)
- ・年金に関する市民講座  
日時 1/21(火) 13:00～14:00
- ・場所 市立図書館2階研修室
- ・テーマ 年金基礎講座
- ・講師 萩年金事務所職員
- ・定員 20人程度
- ・申込方法 電話または来館
- ・申込締切 1/15(水)まで

映画上映会のお知らせ(入場無料)  
■上映期間 1/15(水)～19(日)  
■上映タイトル  
「バイオハザード2 アポカリプス」  
「バイオハザード2 アポカリプス」(94分)「あなたに降る夢」(101分)  
※字幕:日本語 音声:英語

14:00～	10:00～	14:00～	10:00～
1/16・18	1/15・17・19	1/15・17・19	1/16・18
	バイオハザード2 アポカリプス		あなたに降る夢

新着図書(一部)／本館  
「落日」／湊かなえ、「逃避行」／小杉健治、「三体」／劉慈欣、「ヒト、犬に会う」／島泰三ほか  
新着図書(一部)／分館  
「齋藤孝のざっくり!方葉集」／齋藤孝、「楽園の真下」／荻原浩、「頂上捜査」／安東能明ほか

船舶海難・人身事故発生状況  
仙崎海上保安部管内(長門市)

船舶海難	人身事故	
	隻数	死亡不明者
11月	0	0
令和元年計	9	0
30年同時期	7	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!

海のもしものは『118番』  
新年明けましておめでとうございませう。仙崎海上保安部では、本年も長門の海の『安心』・『安全』を守るべく努めてまいります。  
海上保安庁では毎年、1月18日を『118番の日』と定め、周知活動を行っています。  
118番は、海の交通事故に迅速かつ的確に対応するため、海上保安庁の緊急通報用電話番号として平成12年5月に運用が始まりました。  
海で船の事故や遭難、密輸・密航・密漁などを目撃した際は、『118番』まで通報をお願いします。

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/  
jcg7senzakikotsu2-4k7w@mlit.go.jp