



《問合先》健康推進課 ☎ 58-5111・75-3111

## 10月の予防接種

対象／岩瀬・大和地区の方（会場／岩瀬福祉センター）

月 日	種 目	対 象	受 付 時 間	持 参 する 物
10/8 (木)	ポリオ	生後3か月～7歳6か月未満	13:15～13:45	母子健康手帳、体温計、予診票

## 10月の乳幼児健診・育児相談

対象／岩瀬・大和地区の方（会場／岩瀬福祉センター）

月 日	種 目	対 象	受 付 時 間	持 参 する 物
10/20 (火)	1歳6か月児健診	H20.2月・3月生	13:00～13:20	母子健康手帳、送付した問診票、バスタオル、歯ブラシ（子ども用と仕上げみがき用）
10/26 (月)	1歳児健診	H20.10月生	13:00～13:20	母子健康手帳、送付した問診票、バスタオル

対象／真壁地区の方（会場／真壁保健センター）

月 日	種 目	対 象	受 付 時 間	持 参 する 物
10/1 (木)	1歳6か月児健診	H20.1月・2月・3月生	13:00～13:20	母子健康手帳、送付した問診票、バスタオル、歯ブラシ（子ども用と仕上げみがき用）
10/15 (木)	3歳児健診	H18.7月・8月・9月生	13:00～13:20	母子健康手帳、送付した問診票、バスタオル、歯ブラシ（子ども用と仕上げみがき用）、コップ、尿、目と耳のアンケート用紙

## 10月の母と子の健康づくり

月 日	種目および会場	対 象	開 催 時 間	持 参 する 物
10/7 (水)	パパ・ママクラス （会場／岩瀬福祉センター）	初妊婦と夫	9:30～15:00	母子健康手帳（要予約）
10/19 (月)	子ども救急健康教室／講師： 県西総合病院 中原智子先生 （会場／岩瀬福祉センター）	1歳～3歳未満児の保護者	13:15～15:30	パンフレット「子どもの救急ってどんなとき？」 （要予約、定員20人）
10/21 (水)	楽しい子育て教室 （会場／真壁保健センター）	生後2～4か月児とその保護者	10:00～11:30	母子健康手帳、バスタオル1枚、おねしょパットまたはレジャーシート、麦茶や湯冷ましなどの水分やミルク（要予約）

※「9月の献血」の会場が、下記のように変更になりました。ご注意ください。  
 ■変更前／9/15(火) 県西総合病院(13:30～16:00) → ■変更後／9/15(火) パワーマート(13:30～16:00)

## 10月の成人の健康診査

月 日	種目および会場	対 象	受 付 時 間	内 容
10/26 (月)～30 (金)	住民健診（会場／真壁地区の各公民館など）	真壁地区の30歳以上の方	9:30～11:00 13:30～14:30	結核・肺がん検診・若年者健診・肝炎ウイルス検査・前立腺がん検診など（詳細は健康カレンダーをご覧ください。）

※平成20年度から基本健康診査部分は特定健診に変わり、40歳～75歳未満の方は加入されている医療保険者が指定する医療機関等で受診するようになります。特に被用者保険（社会保険等）の加入の方はご注意ください。

## 10月の精神保健

月 日	種 目	開 催 時 間	備 考
10/5 (月)	こころの健康相談	13:00～15:00	精神保健福祉士が担当し、秘密は厳守されます。（要予約） 会場：岩瀬福祉センター
第1・2・3・4曜日	精神保健デイケア	9:30～11:30	仲間と楽しい時間を過ごしませんか。お気軽にどうぞ。（要申込）

## 10月の成人健康づくり

月 日	種目および会場	対 象	開 催 時 間	内 容
10/7 (水)・22 (木)	総合健康相談（会場／岩瀬庁舎健康推進課、真壁保健センター）	母子・成人全対象	9:30～11:30	子供の発達・栄養・しつけ（身体計測は要予約）、食事や運動の健康相談、糖尿病・高血圧・脂質異常症などの生活習慣病に関する栄養相談（要予約）、血圧・腹囲・体脂肪測定など
10/8 (木)・15 (木)・22 (木)	かるやかヨガ教室（会場／岩瀬体育館「ラスカ」）	・概ね64歳以下で、医師から運動を制限されていない方 ・7月の教室に参加していない方	13:30～15:00	ヨガ（定員30人、要予約） 持ち物／バスタオル・ハンドタオル・飲み物

## 10月の休日応急診療医療機関

月 日	医 療 機 関 名	住 所	☎	受 付 時 間
10/4 (日)	阿部田医院	真壁町電熊123-1	0296-55-0305	9:00～12:00 13:00～16:00 （保険証は必ず持参）
10/11 (日)	鍋木クリニック	加茂部4-1	0296-76-3131	
10/12 (月) 体育の日	塚田医院	真壁町飯塚97-1	0296-55-0585	
10/18 (日)	千勝医院	本木1600	0296-58-5010	
10/25 (日)	つくし野クリニック	真壁町椎尾2022	0296-20-7755	



葬儀費用等でお悩みの方 **さくらクラブ** 会員葬 **198,000円** 総合葬祭 **こもり**

さくらクラブ 会員募集 会費のみ **1万円**

会員特典葬儀費用から  
 ①10万円引き ②花環・盛篋10%引き  
 ③仏壇・位牌50%引き

全ホール共通価格（ホール使用料無料）  
 いわせホールこもり ☎ **0120-44-4483** 年中無休24時間対応

**筑西市市民討議会2009 開催!**

日にち: **10月25日(日)** ※見学自由  
 場 所: **地域交流センターアルテリオ 2F会議室**  
 テーマ: **筑西市を魅力ある地域(まち)にしよう!**

この討議内容に添って無作為に抽出された選ばれた市民の皆さんによって討議されます。市民討議会は、地域の代表者に限らず、今まで行政に声を届ける機会が少なかった人たちの意見を幅広く聴き、市民の「生の声」として市政に活かすために実施するものです。

\*ホームページも御覧ください\*  
**JCI**  
**(社)下館青年会議所 HP**  
<http://www.shimodate-jc.jp>  
 →筑西市市民討議会へアクセス!!

5月13日に(社)下館青年会議所は筑西市と市民討議会開催の協定を結びました。