

健康ガイド Health guide

《問合先》健康推進課 ☎58-5111・75-3111(代)

12月分



12月の乳幼児健診・育児相談

- 1歳児健診
 - 岩瀬・大和地区の方
 - 対象/H22・12月生
 - 日程/12月12日(月)
 - 会場/岩瀬福祉センター
 - 受付時間/13時～13時20分
 - 持参/母子健康手帳、送付した問診票、バスタオル
- 真壁地区の方
 - 対象/H22・10月、11月、12月生
 - 日程/12月20日(火)
 - 会場/真壁保健センター
 - 受付時間/13時～13時20分

- 7755
 - 12月25日(日)
 - 医療機関名/なかはら整形外科医院
 - 住所/真壁町飯塚496-1
 - 連絡先/☎0296-2319955
- 12月29日(木)
- 医療機関名/袖山医院本院
- 住所/西桜川1-43
- 連絡先/☎0296-7512019

12月30日(金)

医療機関名/大和クリニック
住所/大国玉2513-12
連絡先/☎0296-581788

12月31日(土)

医療機関名/仁保内科医院
住所/真壁町真壁425
連絡先/☎0296-2318088

※当番医は、変更になる場合があります。ありますので、休日の場合は各庁舎の日直、または市ホームページにて確認のうえ受診してください。

- 持参/母子健康手帳、送付した問診票、バスタオル
- 1歳6か月児健診
 - 岩瀬・大和地区の方
 - 対象/H22・4月、5月生
 - 日程/12月13日(火)
 - 会場/岩瀬福祉センター
 - 受付時間/13時～13時20分
 - 持参/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)
- 育児相談
 - 対象/H23・6月、7月生
 - 日程/12月21日(水)
 - 会場/岩瀬福祉センター
 - 受付時間/13時～13時20分
 - 持参/母子健康手帳、送付した問診票、バスタオル

12月の母と子の健康づくり

- 離乳食教室
 - 対象/生後5～10か月児の保護者
 - 日程/12月7日(水)
 - 会場/大和中央公民館
 - 受付時間/10時～12時
 - 持参/エプロン、三角巾またはバンダナ、スリッパ、ふきん1枚(要予約)

12月の献血

- 12月20日(火)
- 会場/真壁庁舎
- 受付時間/10時～12時、13時～15時30分

12月の成人健康づくり

- 総合健康相談
 - 対象/母子、成人
 - 日程/12月1日(木)、20日(火)
 - 会場/健康推進課(岩瀬庁舎、真壁保健センター)
 - 受付時間/10時～11時30分
 - ※子どもの計測、栄養相談は要予約

12月の精神保健

- 精神保健デイケア
 - 日程/第1、2、3火曜日
 - 開催時間/9時30分～11時30分
 - 内容/仲間と楽しい時間を過ごしませんか。お気軽にどうぞ。(要予約)
- こころの健康相談
 - 日程/12月5日(月)
 - 会場/岩瀬福祉センター
 - 開催時間/13時～15時
 - 内容/精神保健福祉士が担当

し、秘密は厳守されます。(要予約)

12月の休日応急診療医療機関

- 12月4日(日)
- 医療機関名/楠木クリニック
住所/加茂部4-1
連絡先/☎0296-7613131
- 12月11日(日)
- 医療機関名/根本医院
住所/真壁町真壁202
連絡先/☎0296-5510027
- 12月18日(日)
- 医療機関名/千勝医院
住所/本木1602-5
連絡先/☎0296-5815010
- 12月23日(金)
- 医療機関名/つくし野クリニック
住所/真壁町椎尾2022
連絡先/☎0296-201201

『子どもの事故防止』～やけど編～

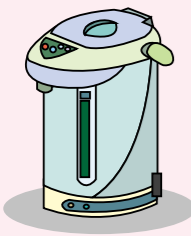
これから寒くなると暖房器具を使う機会が増え、不注意による「やけど」などのケガが多く発生する時期です。やけどは大人よりも子どもの方が圧倒的に多い状況です。子どもの場合、皮膚も薄いので、やけど範囲が広いとショック状態になり命の危険にもなりかねません。暖房器具を使用する場合は、大人の方が十分注意するよう心がけましょう。

「やけど」は、こんなことで起きています

▼石油ファンヒーターの風の出口、炊飯器や電気ポットの蒸気の吹き出し口、熱い鍋やアイロンなどに触ってしまった。



▼暖かい食べ物(お茶・みそ汁・スープなど)をこぼしたり、ひっくり返して体にかかってしまった。



12月の健康相談

■つつの健康相談

日程/12月15日(木)

会場/岩瀬福祉センター

開催時間/14時～15時30分

内容/精神科医師が担当し、秘密は厳守されます。(要予約)

- ③水ぶくれができていたら破らないようにする。やけど部分をガーゼか清潔なタオルで軽く覆う程度にする。
 - ④低温やけどの時は、水で冷やしてもよくなりません。
- 子どもがやけどをしたら、応急処置をし、すぐに医療機関を受診しましょう。
- また、子どものやけどを防止するには、やけどに繋がる可能性のあるものから子どもを遠ざけることが大切です。



「やけど」したときの応急処置

- ①水道水を出しっぱなしにしてやけどしたところを水で冷やす(時間は15～30分程度)。冷やしすぎは低体温症になることもあるので注意が必要。水がかかられないところは、冷たいタオルをこまめに変えながら冷やす。
- ②衣服は、やけどの部分の皮膚も一緒にがれてしまうことがあるので、無理やり脱がない。脱がせない。

＜やけどの深さのめやす＞


I 度	表皮のみの損傷で赤くなる程度。日焼けした後のようなヒリヒリとした痛みがある。
II 度	やけどしたところが赤くはれて水ぶくれができる。痛みがある。
III 度	皮下組織から筋肉組織まで損傷している。皮膚の表面が壊れている。感覚や痛みがない。

運転免許 18歳限定 特別キャンペーン実施中

学習力&合格率UPへ!
学科学習システム導入
待ち時間に学校のパソコンで携帯電話や自宅のパソコンで
いつでもどこでも24時間利用可能!

★10月1日～12月28日までに入学された方に限り
特別料金で運転免許取得を応援!この機会にぜひ運転免許を
土、日OK、夜8時まで教習、送迎バスあり(無料)、ローンあり
お問い合わせ

公認 **明野自動車学校** ☎0296 (52) 2811
ホームページ <http://www.areaguide.jp/akenods/>



介護老人保健施設 入所・ショートステイ・通所リハビリテーション

さくらがわ ☎0296-20-6071

内科・外科・消化器内科・循環器科・呼吸器科・耳鼻科

延島クリニック ☎0296-58-5058

配送料は無料です!

好評発売中!!
24年版 神宮館のこよみ 500円～
お料理家計簿 525円～

本・文具・事務用品・印章(印鑑翌日仕上げ)等

ムラカミ書店 桜川市真壁町真壁198
TEL 0296-55-3160