

健康ガイド

Health guide

《問合先》健康推進課
☎0296-75-3159(直通)
☎58-5111・75-3111(代表)

11月分

乳幼児健診・育児相談

岩瀬・大和地区の方

- 1歳児健診
 - 対象/H24・11月生
 - 日程/11月25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
- 3歳児健診
 - 対象/H22・8月、9月生
 - 日程/11月7日(木)
 - 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)、コップ、尿

- 目と耳のアンケート用紙
- 2歳児歯科健診
 - 対象/H23・8月、9月生
 - 日程/11月8日(金)
 - 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)、コップ

- 真壁地区の方
- 2歳児歯科健診
 - 対象/H23・7月、8月、9月生
 - 日程/11月21日(木)
 - 会場/真壁保健センター
 - 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)、コップ

- 成人健康診査
 - 骨粗しょう症検診
 - 5年に一度の検診となりますので、対象となる方は受診しましょう。
 - 対象/40・45・50・55・60・65・70歳(平成26年3月31日現在)の女性
 - ※対象年齢の方には、10月下旬頃に通知する予定です。(申込みは不要)
 - 日時および場所
 - 11月20日(水)
 - 真壁保健センター、9時30分~11時30分・13時30分~14時30分
 - 11月21日(木)、22日(金)
 - 岩瀬福祉センター、9時30分~11時30分・13時30分~14時30分
 - 内容/足(かかとの超音波検査)
 - 料金/500円

- 精神保健
- 精神保健デイケア(要予約)
 - 日程/11月5日、12日、19日、26日(いずれも火曜日)
 - 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。
- こころの健康相談(要予約)
 - 日程/11月11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。

- 献血
 - 11月18日(月)
 - 会場/大和庁舎
 - 受付時間/10時~12時、13時~15時30分
 - 11月26日(火)
 - 会場/岩瀬中央公民館
 - 受付時間/9時30分~15時30分

- 健康相談
- 総合健康相談
 - 日程/11月13日(水)
 - 会場/真壁保健センター
 - 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

- 休日応急診療医療機関
- 11月3日(日)
 - 医療機関名/錦木クリニック
 - 住所/加茂部4-1
 - 連絡先/☎0296-1761

- 3131
 - 11月4日(月)
 - 医療機関名/根本医院
 - 住所/真壁町真壁202
 - 連絡先/☎0296-5510027
 - 11月10日(日)
 - 医療機関名/千勝医院
 - 住所/本木1602-5
 - 連絡先/☎0296-5815010
 - 11月17日(日)
 - 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/☎0296-2017755
 - 11月23日(土)
 - 医療機関名/延島クリニック
 - 住所/東飯田600
 - 連絡先/☎0296-5815058
 - 11月24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
- ※当番医は、変更になる場合がありますので、休日の場合は各庁舎の日直、またはホームページにて確認のうえ受診してください。

きらきら健康講座

脳がレッドカードを出す前に

日時/11月14日(木)、13時30分~15時

場所/岩瀬福祉センター

講師/協和中央病院 中原昇 先生

申込期限/11月13日(水)

定員/100名

申込方法/電話または健康推進課窓口(参加費は無料です。)

問合せ・申込先/健康推進課(☎0296-75-3159 直通、☎58-5111・75-3111代表)

骨を効率よく強くしよう!

効率よくカルシウムを摂るためには...

- 肉や魚などのタンパク質と一緒に食べる
- 野菜や海藻類などと一緒に食べる
- 塩分を控える。塩分を摂り過ぎると、カルシウムが尿中に出てしまいます。

まだ間にあう!

運動教室のご案内

日時/10月24日(木)、13時30分~15時(受付13時15分)

場所/岩瀬総合体育館(ラスカ) サブアリーナ

講師/飛田みつゑ 先生

内容/消費エネルギーを増やす体幹運動

持ち物/運動靴、飲み物、タオル、運動できる服装でお越しください。

参加費/無料

対象者および募集人数/市内在住の概ね30歳~65歳までの医師より運動制限のない方先着20名

申込期限/10月21日(月)

問合せ・申込先/健康推進課(☎0296-75-3159 直通、☎58-5111・75-3111代表)

インフルエンザ予防接種費用の助成

接種期間/10月1日(火)~平成26年1月31日(金)

対象者の方

- 65歳以上(対象の方には受診券を郵送します。)
- 60歳~64歳で身体障害者手帳1級

公費負担/2,000円(接種料金を超えた場合の差額は自己負担)

接種場所/県内医療機関(事前に必ず予約)

持参物/受診券(ハガキ)、健康保険証

※予診票は市内、市外一部の医療機関にて配布します。

小児の方

- 対象/満1歳~中学3年生
- 公費負担/1回1,000円(2回まで)、差額は自己負担

接種場所/桜川市内医療機関のみ(事前に必ず予約)

持参物/健康保険証

※予診票は医療機関にて配布します。

問合せ・申込先/健康推進課(☎75-3159 直通、☎58-5111・75-3111代表)

勉強がらくになるのは公文式!

はじめよう!

KUMON

ぜひ一度、教室も見に来てください。

真壁中央・十里・明野ベース・スフィア教室
代表 0296-57-2969
真壁中央:桜川市真壁町田52-4

乳幼児教室
小学生教室
中学生教室
高校生教室

古橋伸夫税理士事務所

TKC

~お客さまに豊かさと繁栄を~

桜川市真壁町桜井765-2

TEL 0296-54-1540

Homepage <http://www.furuhashikaikei.com>

運転免許 18歳限定応援企画

この機会に免許取得!!

※10~12月末日までに入校される方が対象です。

入校月	AT車	MT車
10月	269,900円	283,100円
11・12月	272,100円	285,300円

期間限定特別料金 (消費税込み)

運転免許クレジット金利0% 11月10日までに入校される方が利用できます。10月31日までに受付必要。

土日OK!夜8時まで教習。自宅近くまで無料送迎有り。

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