

# 健康ガイド

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

## 12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・12月生
- ・日程/12月16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
- 1歳6か月児健診
- ・対象/H24・4月、5月生
- ・日程/12月3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/H25・6月、7月生
- ・日程/12月4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

#### 真壁地区の方

- 1歳児健診
- ・対象/H24・10月、11月、12月生
- ・日程/12月17日(火)
- ・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

#### 母子の健康(へん)

- 離乳食教室(要予約)
- ・対象/生後5～10か月児の保護者
- ・日程/12月5日(木)
- ・会場/大和中央公民館
- ・受付時間/10時～12時

#### 健康相談

- 総合健康相談
- ・対象/乳幼児・高齢者
- ・日程/12月4日(水)、19日

(木)

- ・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、離乳食・栄養相談希望者は、要予約

#### 精神保健

- 精神保健デイケア(要予約)
- ・日程/12月3日(火)、10日(火)、17日(火)、25日(水)
- ・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/12月26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。

#### 献血

- 12月20日(金)
- ・会場/市役所真壁庁舎
- ・受付時間/10時～12時、13時～15時30分

#### 休日応急診療医療機関

12月1日(日)

医療機関名/大和クリニック

- ・住所/大国玉2513-12
- ・連絡先/☎0296-581-7788

12月8日(日)

- ・医療機関名/仁保内科医院
- ・住所/真壁町真壁425
- ・連絡先/☎0296-231-8088

12月15日(日)

- ・医療機関名/内科宮本医院
- ・住所/真壁町古城229-1
- ・連絡先/☎0296-551-0101

12月22日(日)

- ・医療機関名/袖山医院本院
- ・住所/西桜川1-43
- ・連絡先/☎0296-751-2019

12月23日(月)

- ・医療機関名/上の原病院
- ・住所/上野原地新田159-2
- ・連絡先/☎0296-751-3130(休日専用)

12月29日(日)

- ・医療機関名/大塚医院
- ・住所/真壁町亀熊1900
- ・連絡先/☎0296-551-0512

- 12月30日(月)
- ・医療機関名/山王病院
- ・住所/岩瀬42
- ・連絡先/☎0296-751-0600

- 12月31日(火)
- ・医療機関名/塚田医院
- ・住所/真壁町飯塚97-1
- ・連絡先/☎0296-551-0585

※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。

### 「歯の何でも電話相談」(無料)

- ・日時/11月17日(日)、13時～16時
- ・受付電話番号
- ・029-823-7930
- ・029-835-0737
- ・回答者/歯科医師
- ・問合先/茨城県保険医師会
- ☎029-823-7930



#### 運動教室の案内

- 日時/12月5日(木)、13時30分～15時(受付13時15分)
- 場所/大和体育館
- 内容/消費エネルギーを増やす体幹運動

#### 「TUNAGU(繋ぐ)リーダー講習会」に参加しませんか!

- 内容/「減塩」と「野菜ワンプレート」の普及をテーマに、料理講習会を通して健康づくりに役立つリーダーを養成する講習会です。
- 対象/40歳代から70歳代の男性・女性
- 日時/12月11日(水)、9時30分
- 場所/大和中央公民館
- 募集人数/15名
- 申込期限/12月6日(金)
- ※電話または健康推進課(岩瀬庁舎)の窓口へ直接お申し込みください。
- 持ち物/エプロン・三角巾を持参ください。
- 問合せ・申込先/健康推進課(☎0296-751-3159 直通、☎58-5111・751-3111代表)

#### 受けよう! がん検診

#### がん検診をためらっていませんか?

11月はピンクリボン月間です



今年の検診を逃してしまつた方は、次の検診日程で受診ください。なお、年齢によって検診項目が変わります。

- 子宮・乳がん検診を受けたい
- 日程・会場/12月7日(土)・真壁福祉センター
- 受付時間/12時～12時30分
- 講師/飛田みつゑ先生
- 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歳までの方で、医師より運動制限のない方。先着20名
- 申込期限/11月29日(金)
- 問合せ・申込先/健康推進課(☎0296-751-3159 直通、☎58-5111・751-3111代表)

- 申込期間/11月20日(水)～22日(金)
- ※定員になり次第締め切ります。
- 実施内容(定員)/子宮がん検診(90人)、超音波検査(40人)、マンモグラフィ検査(50人)
- 胃がん・大腸がん検診を受けたい
- 日程・会場
- ①12月13日(金)・大和体力増進センター
- ②12月14日(土)・岩瀬福祉センター
- ③12月15日(日)・真壁福祉センター
- 受付時間/全日共7時～8時30分
- 申込期限/11月29日(金)
- 実施内容/ミニドック、住民健診で実施している内容が受診できます。

- がん検診無料クーポン券の有効期限が間近です!
- まだ、クーポン券を使用していない方や紛失してしまつた方も、検診日程のなかで使用できますので、ぜひご利用ください。
- 問合せ・申込先/健康推進課(☎0296-751-3159 直通、☎58-5111・751-3111代表)

**とびた歯科クリニック**

▼診察時間

曜日	日	月	火	水	木	金	土	日
9:30~12:30 (受付は12:00まで)	○	○	休	○	○	9:00~12:30	休	休
14:30~19:00 (受付は18:30まで)	○	○	休	○	○	休	休	休

※祝日のある週は、水曜診察致します。

とびた歯科クリニック 検索

企画・デザイン・カラー  
カレンダー・名刺・ハガキ・ゴム印

**Y.P (有)吉原印刷**

真壁町真壁230(高上町通り)  
TEL(0296)55-0123 FAX(0296)54-1823  
E-mail y-print@agate.plala.or.jp

LPガス販売店は安全で安心して暮らせるまちづくりに協力しています

高齢者の見守活動や防犯パトロールなど行っています。オレオレ詐欺被害も出ています。巧妙な手口にご注意!!  
不審に思われたらすぐにお取引の販売店にご相談下さい。

茨城県高圧ガス保安協会 岩瀬部会(笠間支部)  
☎0296-72-5084 (LPG保安センター内)

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・明野ヒース・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