

健康ガイド

Health guide

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

1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/H25・1月生
 - 日程/1月27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・10月、11月生
 - 日程/1月28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

- 目と耳のアンケート用紙
- 2歳児歯科健診
 - 対象/H23・10月、11月生
 - 日程/1月17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
- 1歳6か月児健診
 - 対象/H24・4月、5月、6月生
 - 日程/1月16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)

- 総合健康相談
- 対象/乳幼児、高齢者
 - 日程/1月16日(木)、29日(水)
 - 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

- 母子の健康へん
- パパマクラス(要予約)
 - 対象/初妊婦と夫
 - 日程/1月22日(水)
 - 会場/岩瀬福祉センター
 - 開催時間/9時45分~15時
 - 持参/母子健康手帳

- 休日応急診療医療機関
- 1月1日(水)
 - 医療機関名/山王病院
 - 住所/岩瀬42
 - 連絡先/☎0296-75-0600
 - 1月2日(木)
 - 医療機関名/田崎内科医院
 - 住所/真壁町田268
 - 連絡先/☎0296-55-2511
 - 1月3日(金)
 - 医療機関名/阿部田医院
 - 住所/真壁町亀熊123-1
 - 連絡先/☎0296-55-0305
 - 1月5日(日)
 - 医療機関名/鎗木クリニック
 - 住所/加茂部4-1
 - 連絡先/☎0296-76-3131
 - 1月12日(日)
 - 医療機関名/根本医院
 - 住所/真壁町真壁202
 - 連絡先/☎0296-55-1551

- 健康相談
- 精神保健
 - 精神保健ダイヤル(要予約)
 - 日程/1月14日(火)、21日(火)、28日(火)
 - 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/1月20日(月)

- 0207
- 1月13日(月)
 - 医療機関名/千勝医院
 - 住所/本木1602-5
 - 連絡先/☎0296-58-5010

- 1月19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/☎0296-20-7755

- 1月26日(日)
 - 医療機関名/延島クリニック
 - 住所/東飯田600
 - 連絡先/☎0296-58-5058

※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。





50・60歳代向け運動教室

- 今から運動を始めた方向けの、ストレッチ・ウォーキングを中心とした教室です。
- 日時/12月11日・平成26年1月22日・2月19日いずれも水曜日、10時30分~11時30分
 - 会場/桜川市岩瀬体育館(ラスカ)
 - 対象/桜川市在住の50~60歳代の方(先着15名)
 - 講師/スポーツクラブルネサンスインストラクター
 - 持ち物/室内用運動靴・飲み物
 - 参加費/無料
 - 問合せ先/健康推進課(☎0296-75-3159直通、☎58-5111-75-3111代表)

お薬手帳を活用しましょう

「お薬手帳」は、処方された薬の名前や飲む量、回数、回数などを記録し、携帯するための手帳です。薬局や医療機関でお薬手帳に記録してもらいましょう。

こころの健康推進員です

お母さんは太陽、お母さんの健康は家庭を明るくします。今年度の健康推進員の活動目標は、「子宮・乳・大腸がん検診の受診者アップ」を掲げ、新規の受診者を増やす活動をすすめています。市で実施する1歳児健診の折に、お母さん方に、子宮がん検診の受診を呼びかけています。検診の大切さはお母さんにも、受診している間子どもを見てくれる人がいれば受診できるなどの声があります。私たちの活動も、検診車に乗る時だけ預かる検診アシ

- お薬手帳を常に携帯するようにしましょう。
- 薬の情報を一元管理するために、1冊のお薬手帳で管理しましょう。
- 医療機関を受診する時には、お薬手帳を必ず持参しましょう。
- 救急車を呼んだら、お薬手帳を用意しておきましょう。
- 問合せ先/茨城県保健福祉部薬務課(☎029-301-3393)



~模擬体験の様子~

スタントのボランティアを今後検討したいと感じています。また市民祭では、大腸がん検診に関するクイズとアンケートを実施しました。手作り模型の大便と便潜血検査の検査容器、検体のとり方を参加者に疑似体験してもらいました。

自分はまだ若いからがん検診はまだ先と思っている方も多いでしょう。仕事や子育てに無我夢中で検診どころではないかもしれないが、親が元気でないと子どもは育てられません。寂しい思いもしてしまいます。検診で症状のないうちに早期のがんを見つけることが大切です。市で実施されるがん検診は、費用も500円で受けられます。ぜひ利用してみたいかがですか？

運転免許 18歳限定応援企画 この機会に免許取得!!

※12月末日までに入校される方が対象です。

期間限定特別料金 (消費税込み)		
入校月	A T車	M T車
12月	272,100円	285,300円

マイプランもあります あなたの希望やスケジュールに合わせて当校が学習計画を作成。技能教習予約の心配無用です。

無料送迎・クレジットローンあり

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

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

やなぎだ歯科

YANAGIDA DENTAL CLINIC

■診療時間/午前9:00~12:30
午後2:30~7:00
■休日/木曜午後・土曜午後・日曜・祝日
歯科医師 柳田佳代子 柳田充康

桜川市西飯岡539-4 坂戸小学校正門前
http://www.yanagida-dc.com ☎0296-76-3700