

健康ガイド Health guide

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

7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年7月生
 - 日程/7月28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
 - 2歳児歯科健診
 - 対象/H24年4月・5月生
 - 日程/7月25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、尿目と耳のアンケート用紙
 - 3歳児健診
 - 対象/H23年4月・5月・6月生
 - 日程/7月17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、尿目と耳のアンケート用紙

育児相談

- げみがき用)、コップ
- 対象/H26年2月・3月生
 - 日程/7月29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

真壁地区の方

- 1歳6か月児健診
 - 対象/H24年10月・11月・12月生
 - 日程/7月30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、歯ブラシ(子ども用と仕上げみがき用)

成人健康診査

- 住民健診
 - 対象/30歳以上の方
 - 日程/7月14日(月)~16日(水)、22日(火)~25日(金)、30日(水)~31日(木)
 - 会場/岩瀬地区の各公民館・岩瀬福祉センターなど
 - 受付時間/9時30分~11時13時30分~14時30分
- ミニドック
 - 対象/40歳以上の方
 - 日程/7月18日(金)~19日(土)
 - 会場/岩瀬福祉センター
 - 受付時間/7時~9時

※胃がん検診(ミニドックのみで実施)

■共通事項

- 内容/結核・肺がん検診、大腸がん検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検査、若年者健診、後期高齢者健診、特定健診(詳細は、健康カレンダーをご覧ください)

30歳以上の女性

- 岩瀬福祉センター
 - 日程/7月8日(火)~11日(金)
 - 真壁福祉センター
 - 日程/7月1日(火)~4日(金)、7日(月)
- 共通事項
- 受付時間/12時30分~13時
 - 内容/子宮・乳がん検診(超音波・マンモグラフィ検査は、年齢地区によって異なります)
- ※過去3年、受診歴のない方は通知が届きませんので、健康推進課までお申し込みください。

精神保健

- こころの健康相談(要予約)
 - 日程/7月14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。

健康相談

- 総合健康相談(要予約)
 - 対象/乳幼児・高齢者

献血

- 7月17日(木)
 - 会場/市役所大和庁舎
 - 受付時間/10時~12時

休日応急診療医療機関

- 7月6日(日)
 - 医療機関名/阿部田医院
 - 住所/真壁町亀熊1231
 - 連絡先/☎029615510305
- 7月13日(日)
 - 医療機関名/錦木クリニック
 - 住所/加茂部411
 - 連絡先/☎029617613131
- 7月20日(日)
 - 医療機関名/根本医院
 - 住所/真壁町真壁202
 - 連絡先/☎029615510027
- 7月21日(月)

- 医療機関名/千勝医院
- 住所/本木160215
- 連絡先/☎029615815010

- 7月27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/☎029612017755

※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、または市ホームページにて確認のうえ受診してください。

お知らせ



茨城県不妊専門相談センター「グループ(おしゃべり会)」のご案内

茨城県保健福祉部 子ども家庭課

不妊治療を受ける(受けていた)なかで、仕事と治療の両立など同じ悩みを感じている人と話をしたい、話を聞いてみたい人たちのグループカウンセリングを実施します。

6月4日~10日は、歯と口の健康週間です

歯を守る！フッ化物(フッ素)

フッ化物のむし歯予防効果は、生えてまもない歯に塗布するともっとも大きく効果が現れるので、乳歯が生えはじめた時期から、永久歯の生えそろう中学生頃までに歯質を強化する効果が期待できます。

また、歯周病の進行や歯肉の退縮によって歯根面が露出し、むし歯ができやすくなっている成人の歯にも予防効果が期待できます。

フッ化物によるむし歯予防の効果

- ◆歯を強くする
 - ◆再石灰化を促進する
 - ◆むし歯原因菌の働きを弱め、酸がつくのを抑える
- フッ化物を応用すれば、むし歯ができません。毎日の歯磨きと、特に砂糖の入った飲み物やお菓子などにも注意する事が大切です。

ポイント

- ★フッ化物配合歯磨剤(歯磨き粉)の効果は十分に発揮させるために、うがいのはずぎは歯面に残っているフッ化物を洗い流してしまいうため2回くらいにするとより効果的です。
- ★フッ化物塗布は、定期的(3か月~半年)に行うとより効果的です。かかりつけの歯科医院でご相談ください。

介護のご相談は

居宅介護支援事業所

さくらがわ

☎0296-20-6071

入所・短期入所・通所リハビリテーション

介護老人保健施設

さくらがわ

☎0296-20-6071
URL: <http://www.douaikai.or.jp>

内科・外科・消化器内科・循環器科・呼吸器科・耳鼻咽喉科

延島クリニック

☎0296-58-5058

6月13日(金) あじさい杯セルフ 10,260円
6月25日(水) 茨城放送杯セルフ 11,290円
料金には、朝・昼食代、税金、パーティー費、参加費を含みます

6月のセルフデー

6(金)・9(月)・13(金)・16(月)・20(金)・23(月)・27(金)・30(月)
お一人様5,200円回り放題(昼食なし)

下館ゴルフ倶楽部
筑西市茂田 ザ・ヒロサワ・シティ TEL.0296(20)1111

6月7日(土) 筑波チャレンジカップ
参加費 お一人様1,500円(税込)

6月15日(日) 月例オープン大会
参加費 お一人様1,500円(税込)

6月28日(土) 隠しホール大会
参加費 お一人様1,500円(税込)

下館パークゴルフ場
筑西市茂田 ザ・ヒロサワ・シティ TEL.0296(22)4189

就職氷河期に、求人が20倍! 歯科衛生士

体験入学

学校見学・受験相談は、ご希望に合わせて実施します。

6/14(土) 7/12(土) 7/26(土)

つくば歯科衛生専門学校
筑西市茂田 ザ・ヒロサワ・シティ TEL.0296(23)1220