詳細は、「桜川市健康カレンダー」をご覧くだる(**問合先**)健康推進課 〇296-75-3159(直通) 〇58-5111·75-3111(代表) 月

乳幼児健診 ・育児相談

5歳児健康相談

- **日程**/4月2日(水)
- ・持参/母子健康手帳、送付・受付時間/13時~13時2分・会場/岩瀬福祉センター

岩瀬・大和地区の方 した問診票

- 対象/H28年4月生 1歳児健診
- ・受付時間/13時~13時2分・会場/岩瀬福祉センター17日(月)
- **持参**/母子健康手帳、 した問診票 送付

1歳6か月児健診

対象/H27年8月 9月生

・日程

健康相談

垮付時間/13時~13時20分 歯ブラシ、バ健康手帳、送付

1歳6か月児健診

真壁地区の方 スタオル した問診票、

日程/4月20日 **対象**/H27年7 未 9月生

・持参/母子健康手帳、送付・受付時間/13時~13時20分・会場/真壁保健センター した問診票、 歯ブラシ、ヾ

3歳児健診

スタオル

対象/H26年 3月生

・持参/母子健康手帳、送付・受付時間/13時~13時20分・日程/4月19日(水)

たもの) スタオル、 した問診票、 尿容器

・受付時間/13時~13時20・会場/岩瀬福祉センター

総合健康相談

相談に応じます。 日程/4月17日 ください。 お気軽にご 月 • 20 健康上

受付時間/ $\widehat{\pm}$ 10 時 時 30

舎)、真壁保健センな・会場/健康推進課 真壁保健セン (岩瀬庁

「最近、 よく眠れない」

受付時間/9時~11時30分、13時~15時30分診療時間/9時~12時、13時~16時

医療機関名/仁保内科医院

連絡先/20296-住所/真壁町真壁425 23

■こころの健康相談(要予約)

職場の方からの相談も受付け 談ください。ご家族・ご近所・ の健康で悩んでいる方、 の視線が気になる」など、 います。 ご相

日程

内容/精神科医師が担当し、会場/岩瀬福祉センター 秘密は厳守されます。

4月2日 (日)

時間/4月20日(4

受付時間/ /岩瀬福祉センター時間/14時~15時30分/4月20日(木)

休日応急診察医療機関

曜日月火水木金土

※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

があります 市ホー 合は各庁舎の日直、または うえ受診してください。 ムページにて確認の ので、 休日の場

9:30~12:30 (受付は12:00まで)

(受付は 18:30 まで)

4月9日 日

住所 /上野原地新田1 上の原病院 5

6

3 (休日専用)

4 月 16 日 日

連絡先/2029

医療機関名/

住所 連絡先/四029 /真壁町古城229 内科宮本医院 6 55

4月23日(日)

住所 医療機関名/平島医院 / 岩瀬 1 9

4 月 29 日 2 5 連絡先/☎029 Ō $\widehat{\pm}$ 6 75

住所/真壁町田268 崎内科医院

70-4618

4 月 30 日 (日)

住所/岩瀬42 医療機関名 山王病院

連絡先/☎029 6 75

9:00 12:30 休

検索

※当番医は、 変更になる場合

8 0 8 8

医療機関名/

国際的に認められた"高品質"な教育を提供

2017年度新入生募集中 無料体験レッスン受付中!





住所:桜川市堤上407 講師:深谷尚子 34,0120-047-321

かかりつけ医・歯 科医・薬局を ちま ょ う

61

7

しょにつくろう地域

(7)

健

康

健康推進

員の活動



か

歯科医 66

員が、地域の健康づくり支援を受けた127人の健康推進

市では、

市長から委嘱

月に行ったひたち

なか

のために活動しています。

平成28年度は『幸せは健康

応できます。口の中の健康を口の中のトラブルに早めに対りつけ歯科医」をもつことで、 守ることは、 ることにつながります つけ歯科医」をもつことで、 普段から相談できる「かか 全身の健康を守

ましょう』をテーマに、市民から! みんなで健診を受け

た。

また、

12月には、『住民

が参加する地域医療づく

ij

ーマに筑西市医療監梶井

識を高める機会となりまし

健康推進員としての意

至玉戸 下館駅 南口 至新治

同市の地域に根づいた活動を 保健推進員との交流会では、

人ひとりが、

自ら健康づく

なるときも気軽に相談できま 談やちょっとした症状が気に 者さんのことです。健康の相

してくれる地域の身近なお医

日常的な診療や健康管理を

け の健康を保ちましょうに歯科健診を受けて、 歯科医」を見つけ、定期的長く付き合える「かかりつ 健康を保ちましょう。 口の中 定期的

方々に、健診の大切さを伝えりに取り組めるよう、地域の

け医を持つ重要性を再認識しき、減塩の大切さやかかりつ英治先生に講演をしていただ

病予防や健康に関するきらき

て受診を勧めたり、

生活習慣

ました。

ら健康講座などの受講を勧め

病予防のため、『正しいウォ

さらに2月には、

生活習慣

キングで日常生活の運動量を

ばい

のか慌てないために

この病院のどの診療科に行け

いざ病気になったとき、

Ę

普段から信頼できる

ゕ

薬局かかりつけ

①迅速で適切な対応

自分や家族の体質、

病歴、

ようにしましょう

かりつけ医」を見つけておく

治療が、 ども可能になり、 良く似たお薬の重複の確認な け薬局」を持つことで、新しいつも利用する「かかりつ との飲み合わせや、 く処方されたお薬と他のお薬 より有効で安全なも お薬による 効き目が

②患者にあったアドバイス

食事や運動など、

日常の健

ぐに対応してもらえます。

③症状や状態によって病院を

0)

となります

な場合は、

適切な医療機関を

専門的な検査や医療が必要

康管理のアドバイスをしてく

るので、いざという時に、す健康状態などをよく知ってい

て、 身近な薬局を上手に利用さ 安心で健康な生活をおく

などに参加 たりしています このほか、 交流会や講演会 健康づくりに

増やそう』をテーマに、

日常

生活に取り入れられる運動を

いて学んでいます

学びました。

また新たに、

がん予防の推



ボール運動を

生活習慣病予防推進のため、 学ぶ健康推進員の皆さん

今後も、健康づくりに 一 発信することで、 がん予防に役立てていきま 員養成講習会を受講。 進にも力を入れようと、 成講習会を受講。地域の、県主催のがん予防推進 今年

りに貢献していきます。 ダーとして、市民の健康づく として、 地域のリー学び、地域に

場

無料法律相談会開催のお知らせ **一**

弁護士法人 萩原総合法律事務所

時: 3月26日(日) 9:00~17:00 1F BIGFACE 下館駅南口 所: 弁護士法人 萩原総合法律事務所 パチンコ 予約制となります。事情によりお断りする可能性もございます。 SATOHビル 2階 グランド麗都 初回相談の方を優先させていただきます ● ホテル新東 (月~金 9:00~12:00、13:00~17:30