

健康ガイド Health guide

詳細は、「桜川市健康カレンダー」をご覧ください。
《問合先》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

- 4〜6か月児育児相談
 - ・対象／H30年8月〜9月生
 - ・日程／1月31日(木)
 - ・会場／真壁保健センター
 - ・受付時間／13時〜13時15分
 - ・持参／母子健康手帳、送付した問診票
- 5歳児健康相談
 - ・対象／H25年12月12日生〜H26年1月9日生
 - ・日程／1月25日(金)
 - ・会場／岩瀬福祉センター
 - ・受付時間／13時〜13時15分
 - ・持参／母子健康手帳、送付した問診票

- 3歳児健診
 - ・対象／H27年10月〜11月生
 - ・日程／1月29日(火)
 - ・会場／岩瀬福祉センター
 - ・受付時間／13時〜13時15分
 - ・持参／母子健康手帳、送付した問診票、歯ブラシ、バスタオル、尿容器(採尿したもの)
- 2歳児歯科健診
 - ・対象／H28年10月〜11月生
 - ・日程／1月15日(火)
 - ・会場／岩瀬福祉センター
 - ・受付時間／13時〜13時15分
 - ・持参／母子健康手帳、送付した問診票、歯ブラシ、バスタオル

- 3歳児健診
 - ・対象／H27年10月〜12月生
 - ・日程／1月24日(木)
 - ・会場／真壁保健センター
 - ・受付時間／13時〜13時15分
 - ・持参／母子健康手帳、送付した問診票、歯ブラシ、バスタオル、尿容器(採尿したもの)
- 総合健康相談(要予約)
 - ・保健師や栄養士が、健康上の不安・心配事について、ご相談に応じます。お気軽にご利用ください。
 - ・日程／会場
 - ・1月15日(火)／健康推進課(相談)、岩瀬福祉センター(計測)
 - ・1月16日(水)／真壁保健センター
 - ・開催時間／10時〜11時30分
 - ところの健康相談(要予約)
 - 「最近、よく眠れない」「人の視線が気になる」など、心の健康で悩んでいる方、ご相談ください。ご家族・ご近所・職場の方からの相談も受け付けています。
 - ・日程／1月21日(月)
 - ・会場／岩瀬福祉センター

- 1月1日(火)
 - ・医療機関名／田崎内科医院
 - ・住所／真壁町田268-6
 - ・連絡先／☎0296-5512511
- 1月2日(水)
 - ・医療機関名／さくらがわ地域医療センター
 - ・住所／高森1000
 - ・連絡先／☎0296-545100
- 1月3日(木)
 - ・医療機関名／阿部田医院
 - ・住所／真壁町亀熊123-1
 - ・連絡先／☎0296-550305
- 1月6日(日)
 - ・医療機関名／鎗木クリニック
 - ・住所／加茂部4-1
 - ・連絡先／☎0296-763131
- 1月13日(日)
 - ・医療機関名／根本医院

健康相談

保健師や栄養士が、健康上の不安・心配事について、ご相談に応じます。お気軽にご利用ください。

休日応急診療医療機関

診療時間／9時〜12時13時〜16時
受付時間／9時〜11時30分13時〜15時30分

● 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。

- 住所／真壁町真壁202
・連絡先／☎0296-550027
- 1月14日(月)
 - ・医療機関名／延島クリニック
 - ・住所／東飯田658
 - ・連絡先／☎0296-585058
- 1月20日(日)
 - ・医療機関名／仁保内科医院
 - ・住所／真壁町真壁425
 - ・連絡先／☎0296-238088
- 1月27日(日)
 - ・医療機関名／大和クリニック
 - ・住所／大国玉2513-12
 - ・連絡先／☎0296-587788

注目! 成人向け 風しん予防接種 費用の一部助成

妊娠中の方が風しんにかかると眼や耳、心臓などに障がいをもった子どもが生まれることがあります。妊娠中の方は、予防接種を受けることができないため、防ぐために周囲の方が予防接種を受けることが重要です。

● 対象者／昭和39年4月2日〜平成2年4月1日生まれで、次のいずれかに該当する方

- ① 妊娠を希望している女性
- ② 妊娠を希望している女性の夫
- ③ 妊娠をしている女性の夫

※ただし、過去に風しんに罹った方、予防接種歴のある方、妊娠中の方などは除きます。

● 助成額
・風しんワクチン／3,000円
・麻しん風しんワクチン／5,000円

● 問合先／健康推進課(☎0296-75-3159直通)

気をつけて アルコールの罠

アルコール 関連の問題

近年、アルコールに関連した問題が注目されています。本人の健康問題もさることながら、内容によってはその家族に深刻な影響を与えたり、重大な社会問題を引き起こす恐れがあるものまで様々です。

楽しくお酒を飲むために...

年末年始にかけて、お酒の席に参加する機会が増える方も多いのではないのでしょうか。「酒は百薬の長」との言葉がある一方で、アルコールのとりすぎは様々な健康障害を引き起こします。せっかくなら、健康的に楽しみながらお酒をたしなみたいものです。自分自身のアルコールとの付き合い方を再確認し、節度ある飲酒習慣を大切にしていきましょう。

● 酒は飲んでものまれるな

平成26年6月からアルコール健康障害対策基本法が施行されました。アルコール関連問題への関心と理解を深め、アルコール健康障害の予防に必要な注意を払うことが努力義務とされました。アルコールに関する心配事や悩みがある方は、相談窓口があります。お気軽にご利用ください。

● 筑西保健所(☎0296-24-3965)

● 精神保健福祉センター(☎029-243-2870)

○粗大ゴミ収集運搬業務
○事業系ごみ収集運搬業務
○一般廃棄物収集運搬業務

明野資源リサイクル(株)

本社 〒300-4513 筑西市中根94 ☎0296-52-2337

真壁支店 〒300-4421 桜川市真壁町原方191-4 ☎0296-23-9230

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.furuhashikaikai.com>

勉強がらくになるのは公文式!

はじめよう! KUMON

0〜2歳の親子で参加 Baby Kumon教室開講中

ぜび一度、教室も見に来てください。

真壁中央・十里・明野ピース・スフィア教室 乳幼児教室
代表 0296-57-2969 小学生教室
真壁中央・桜川市真壁町田52-4 高校生教室

県西糖尿病内分泌内科 クリニック

	月	火	水	木	金	土	日	
午前 8:30-12:00	○	○	○	○	○	○	○	糖尿病専門医
午後 2:30-6:00	○	○	○	○	○	○	○	内分泌代謝科専門医

平日18:00まで、土曜日13:30まで診療
筑西警察署斜め向かい 筑西市成田678
予約優先のため、電話にて予約をお願い致します。