

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

## 11月分



### 乳幼児健診・育児相談

- 5歳児健康相談  
対象/H26年11月11日～12月10日生  
日程/11月5日(火)  
受付時間/13時～13時15分  
会場/岩瀬福祉センター  
持参/母子健康手帳、送付した問診票
- 4～6か月児育児相談  
対象/R1年6月～7月生  
日程/11月8日(金)  
受付時間/13時～13時15分  
会場/真壁保健センター  
持参/母子健康手帳、送付した問診票
- 1歳児健診  
対象/H30年11月生

- ・日程/11月13日(水)
- ・受付時間/9時45分～10時
- ・会場/岩瀬福祉センター
- ・持参/母子健康手帳、送付した問診票

- 2歳児歯科健診  
対象/H29年8月～9月生  
日程/11月20日(水)
- ・受付時間/13時～13時15分
- ・会場/岩瀬福祉センター
- ・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/H28年8月～9月生  
日程/11月21日(木)
- ・受付時間/13時～13時15分
- ・会場/岩瀬福祉センター
- ・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)

- 真壁地区の方
- 2歳児歯科健診  
対象/H29年7月～9月生  
日程/11月7日(木)
- ・受付時間/13時～13時15分
- ・会場/真壁保健センター
- ・持参/母子健康手帳、送付した問診票、歯ブラシ、バスタオル

### 母子の健康づくり

子育て相談(要予約)  
子育てに関する不安や悩み、困っていることはありませんか? 「近くに相談できる人がいない」「誰かに話を聞いてほしい」など、どんな些細な事でも一人で悩まずに気軽に相談してください。  
毎月1回の開催で、相談には精神保健福祉士が対応します。詳しくは、問い合わせください。

### 健康相談

- 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、相談に応じます。お気軽にご相談ください。
- 日程/会場  
【11月7日(木)】/真壁保健センター  
【11月8日(金)・20日(水)】/健康推進課  
受付時間/10時～11時30分

### こころの健康相談(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・近所・職場の方からの相談も受け付けています。

### 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
- 11月3日(日)  
医療機関名/延島クリニック  
住所/東飯田658  
連絡先/☎0296-5815058
- 11月4日(月)  
医療機関名/大和クリニック  
住所/大国玉2513-12  
連絡先/☎0296-5817788
- 11月10日(日)  
医療機関名/なかはら整形外科医院  
住所/真壁町飯塚496-1

### インフルエンザ 予防接種の助成

- 高齢者接種  
対象/市内に住所を有する接種日に65歳以上の方、または60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいのある方(身体障害者手帳1級程度)
- 助成額/2,000円
- 持ち物/令和元年度高齢者インフルエンザ予防接種のお知らせ(ハガキ)、健康保険証
- 申込方法/県内広域予防接種医療機関へ直接予約
- 小児任意接種  
対象/市内に住所を有する接種日に満1歳～中学3年生・義務教育学校9年生までの方
- 助成額/1,000円
- 持ち物/母子健康手帳、健康保険証
- 申込方法/市内協力医療機関、または茨城県西部メディカルセンターへ直接予約
- 共通事項  
■接種期限/令和2年1月31日(金)  
■その他/予診のみの場合は、全額自己負担

### 10月1日 健康推進課(岩瀬庁舎)開設 桜川市子育て世代 包括支援センター

桜川市子育て世代包括支援センターは、これから子育てをはじめの方のための総合案内窓口です。  
妊娠期から出産、子育て期にわたる切れ目のない支援を目指します。一人ひとりに寄り添いながら相談を受けて、必要なサービスを紹介します。必要に応じて紹介するなど保護者のニーズに合わせて、子育てを応援します。  
また保健師・看護師による育児相談や母乳相談、身体計測などの支援も従来どおり行っていますので、希望される方は問い合わせください。

☆注意☆  
4月から、保健師などがすべての妊婦さんと面会するために、健康推進課で母子健康手帳の発行を行っています。  
また、妊婦さん本人への発行となりますので、代理の方が来庁される場合には、委任状が必要となります。

センターの開設に先駆け、実施している事業を紹介します。ぜひご利用ください。

- 産婦健康診査費用の助成  
出産後、約2週間と1か月で行う産婦健康診査費用を助成します。母子健康手帳発行時に助成が受けられる受診券をお渡しします。
- 助成額/一回5,000円
- 産後ケア  
出産後、心身の不調や育児不安などがあるお母さんや生後4か月の母子を対象に次の2種類のサポートを行います。
- ①宿泊型  
■対象施設/池羽レディー スクリニック(結城市結城10622-1)  
■費用/3,000円(1泊2日)
- ②訪問型  
■場所/自宅に助産師が訪問  
■費用/800円

通所介護(短時間・1日) リハビリテーション部  
居宅介護支援(ケアマネジャー)

## リハビリハート総合介護ケアセンター

理学療法士 本橋寛樹

介護のご相談・リハビリ無料体験ご送迎も可能

# 0296-73-6965

桜川市西桜川2-18-5(50号沿い) 晤實さん・茨城トヨタさんとなり

## 作業スキルや社会人基礎力を鍛え、将来へ一直線!



なりたい私になるために、今から始めよう。

- 職場見学体験
- 作業トレーニング
- 社会人マナー
- PCスキル
- 社会性

福祉施設様 大手自動車メーカー様 大手玩具メーカー様 病院での職場体験

ホールペン組立 仕分け作業 生活訓練 など

挨拶トレーニング 勇たしなみ 報告・連絡・相談 など

タイピング練習 資料作成 ワード・エクセル練習 など

SSTトレーニング ディスカッション 人の気持ちを考える練習 など

児童発達支援・放課後等デイサービス **こどもがのび** 桜川

TEL: 0296-71-5600  
〒309-1223 茨城県桜川市鎌田 441