

# Health guide 健康ガイド

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)

## 4 月分



### 乳幼児健診・育児相談

- 2歳児歯科健診
  - ・対象
  - 【岩瀬・大和地区】 / H30年2月～3月生
  - 【真壁地区】 / H30年1月～3月生
  - ・日程 / 4月7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、歯ブラシ、バスタオル
- 5歳児健康相談
  - ・対象 / H27年4月1日～26日生
  - ・日程 / 4月14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

- ・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

### 健康相談

- 1歳児健診
  - ・対象 / H31年4月生
  - ・日程 / 4月15日(水)
  - ・会場 / 岩瀬福祉センター
  - ・受付時間 / 9時45分～10時
  - ・持参 / 母子健康手帳、送付した問診票

- 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
  - 【4月9日(木)、24日(金)] / 健康推進課
  - 【4月23日(木)] / 真壁保健センター

- 1歳6か月児健診
  - ・対象 / H30年8月～9月生
  - ・日程 / 4月8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 / H29年1月～3月生
  - ・日程 / 4月22日(水)
  - ・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、尿容器(採尿したもの)

- 1歳6か月児健診
  - ・対象 / H30年7月～9月生
  - ・日程 / 4月23日(木)
  - ・受付時間 / 13時～13時15分

- 真壁地区の方
  - ・開催時間 / 10時～11時30分
  - 「最近、よく眠れない」「人の視線が気になる」などの、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 / 4月16日(木)
  - ・会場 / 岩瀬福祉センター
  - ・開催時間 / 13時～15時
  - ・内容 / 精神科医師や保健師が担当し、秘密は厳守されます。

### 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

- 4月5日(日)
  - ・医療機関名 / 延島クリニック
  - ・住所 / 東飯田658
  - ・連絡先 / ☎ 0296-58-5058

- 4月12日(日)
  - ・医療機関名 / 大和クリニック
  - ・住所 / 大國玉2513-12
  - ・連絡先 / ☎ 0296-58-7788

- 4月19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
  - ・連絡先 / ☎ 0296-23-9955

- 4月26日(日)
  - ・医療機関名 / 仁保内科医院
  - ・住所 / 真壁町真壁425
  - ・連絡先 / ☎ 0296-23-8088

- 4月29日(水)
  - ・医療機関名 / 上の原病院
  - ・住所 / 上野原地新田159-12
  - ・連絡先 / ☎ 0296-75-102

はじめませんか、  
くもんで書写。

お子様から大人まで  
くもんの書写は選べる4教科

ペン習字	かきかた
筆ペン	毛筆

**KUMON** 公文桜川書写教室

所在地 桜川市友部1392-2  
指導者名 古橋道代 連絡先 090-7730-1860

入会金 大人・子ども共通 ..... 3,500円  
月会費 大人(中学生以上) ..... 4,400円  
子ども(小学生以下) ..... 3,300円  
※入会金・月会費とも消費税を含みます。  
※会費には教材費を含みます。

**無料体験実施中**

### 認定こども園 真壁保育園

## 子育て支援センター

・地元の知り合いが誰もいない...  
・遊ばせるお友達がどこにもいない...  
・身近にだれも相談できる人がいない...  
そのような子育ての  
お悩みを解決します!

〒300-4407  
桜川市真壁町古城45  
☎ 0296-55-0295

3130 (休日専用)

※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

母子健康手帳  
交付の申請

母子健康手帳の交付にはマイナンバーが必要です。マイナンバーカード、またはマイナンバー通知カードと免許証など公的機関が発行した写真付き身分証明書の写し(マイナンバーカードの場合は不要)を持参ください。

なお、代理人が申請する際は、委任状が必要です。(市ホームページから印刷する事ができます)  
詳しくは、問い合せください。

■問合先／健康推進課(☎0296-75-3159直通)



元気アップ! いばらき

2020年版  
ポイントシートの配布

「元気アップ! いばらき」では、健康づくり活動に応じたポイント「いばらきヘルスケアポイント」が付与され、ヘルスケアポイントを貯めた方は、各種景品やサービスなどと交換できます。

スマートフォンをお持ちでない方もポイントシートで参加することができますので、積極的に活用してご自身の健康づくりに役立てましょう。



元気アップ! いばらき



Android用QRコード



iOS用QRコード

■配布場所／健康推進課

※市ホームページからもダウンロードできます。

■問合先／健康推進課(☎0296-75-3159直通)

受けるのは今です!

風しん 抗体検査 原則無料  
予防接種

昭和37年4月2日〜昭和54年4月1日生まれの男性は、過去に公的な風しんの予防接種を受けていません。そのため自分が風しんにかかり、家族や周囲の人に感染を広げてしまう可能性があります。

風しんの発生やまん延を予防するために、原則無料で、抗体検査と予防接種が受けられる取り組みがスタートしています。

令和2年度は、昭和37年4月2日〜昭和54年4月1日生まれの男性にクーポン券が送付されます。送付は4月下旬を予定しています。

クーポン券が届きましたら、まずは抗体検査を受けましょう。

※すでにクーポン券を使用し、抗体検査などを受けた方は除きます。

教えて!

風しんってどんな病気?

風しんは、風しんウイルスによって引き起こされる急性の発疹性感染症で、1人の風しん患者から5人〜7人にうつる強い感染力があります。症状は、感染症状を示さないものから重篤な合併症まで幅広く、特に成人で発症した場合、高熱や発疹が長く続いたり、関節痛を認めるなど、小児より重症化することがあります。

また、脳炎や血小板減少性紫斑病を合併することもあり、決して軽視できない疾患です。

風しんに対する免疫が不十分な妊娠20週頃までの妊婦が風しんウイルスに感染すると、目や心臓、耳に障がいをもつ(先天性風しん症候群)子どもが生まれてくる可能性が高くなります。

2020年秋 障がい者  
**生活介護事業所**  
新規オープン予定  
今年度オープニングスタッフ募集

特別養護老人ホーム上の原  
**居宅介護  
支援事業所**  
1月オープン!!

お問い合わせ  
特別養護老人ホーム 上の原  
〒309-1226 茨城県桜川市上野原地新田154-4

特別養護老人ホーム上の原  
**デイサービス**  
ご利用者様  
募集中

TEL.0296-71-6888

TEL.0296-75-2509

社会福祉法人 上の原学園  
〒309-1226 茨城県桜川市上野原地新田159-1