

# 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》健康推進課

☎ 0296-75-3159 (直通)

☎ 58-5111・75-3111 (代表)

## 5月分



### 母と子の健康づくり

- マタニティクラス(Aコース) (要予約)
  - 対象／妊婦およびその家族
  - 日程／5月26日(火)
  - 開催時間／13時～15時
  - 会場／岩瀬福祉センター
  - 内容／助産師の講話、マタニティヨガ
- マタニティクラス(Bコース) (要予約)
  - 対象／妊婦およびその家族
  - 日程／5月13日(水)
  - 開催時間／9時15分～12時
  - 会場／岩瀬福祉センター
  - 内容／妊娠中の栄養、赤ちゃんの沐浴(実習)、パパの妊婦体験

### 健康相談

#### 総合健康相談(要予約)

保健師や栄養士が、ご相談に応じます。

・日程／会場

【5月8日(金)、27日(水)】

健康推進課

【5月22日(金)】／真壁保健センター

・開催時間／10時～11時30分

#### 【このころの健康相談(要予約)】

精神科医師が、このころの健康に関するご相談に応じます。

・日程／5月21日(木)

会場／岩瀬福祉センター

・開催時間／14時～15時30分

### 成人健康診査

#### ミニドック

・対象／40歳以上の方

・日程／5月29日(金)～30日(土)

会場／大和ふれあいセンター「シトラス」

・受付時間／7時～10時

・内容／特定健診、後期高齢者健診、各種がん検診(結核・肺がん、胃がん、大腸がん、前立腺がん)、肝炎ウイルス検査

※検査項目により対象年齢が異なります。

### 乳幼児健診・育児相談

#### 健診の種類

#### 日程・受付時間

#### 対象

#### 会場

4～6か月児育児相談

5月12日(火) 13時～13時15分

R1年12月生  
R2年1月生

真壁保健センター

5歳児健康相談

5月19日(火) 13時～13時15分

H27年4月27日  
～5月17日生

岩瀬福祉センター

1歳児健診

5月20日(水) 9時45分～10時

R1年5月生

岩瀬福祉センター

3歳児健診(岩瀬・大和地区)

5月28日(木) 13時～13時15分

H29年2月～3月生

岩瀬福祉センター

### 休日応急診察医療機関

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

診察日	医療機関名	住所・連絡先
5月3日(日)	内科宮本医院	真壁町古城229-1 ☎0296-55-0101
5月4日(月)	平島医院	岩瀬198 ☎0296-75-2510
5月5日(火)	田崎内科医院	真壁町田268-6 ☎0296-55-2511
5月6日(水)	阿部田医院	真壁町亀熊123-1 ☎0296-55-0305
5月10日(日)	鎗木クリニック	加茂部4-1 ☎0296-76-3131
5月17日(日)	延島クリニック	東飯田658 ☎0296-58-5058
5月24日(日)	つくし野クリニック	真壁町椎尾202-2 ☎0296-20-7755
5月31日(日)	根本医院	真壁町真壁202 ☎0296-55-0027

※さくらがわ地域医療センターでは、内科の初期救急を中心に24時間365日体制で救急対応を行っています。電話確認のうえ、来院してください。(救急連絡先☎0296-54-5100)

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・居宅介護支援事業所

## 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

お気軽にお電話下さい

見学 随時OKです!

正社員・パート大募集!! 正・准看護師 介護職 夜勤スタッフ 担当:事務長

医療法人 同業会 介護老人保健施設さくらがわ 〒309-1233 茨城県桜川市東飯田659 ☎0296-20-6071

# 市民の健康長寿を目指して

## 「第2次桜川市きらり健康プラン」策定

### 第2次桜川市 きらり健康プランって？

平成26年に策定した「桜川市きらり健康プラン」の後継計画で、市民一人ひとりと健康にかかわる関係機関や団体、行政が一体となって健康づくりへの意識を高め、具体的な活動に取り組み、市民の健康寿命を延ばすことを目的としています。プランの期間は、今年度から令和6年度までの5年間で、

#### ■プランの構成と特徴

「健康増進計画」と「自殺対策推進計画」で構成しています。また、健康増進計画には、食育推進計画、歯科保健計画、母子保健計画を包含し、より総合的に健康づくりに取り組めるようにしています。

#### 健康増進計画

『誰もがいきいきと、すこやかに暮らせるさくらがわ』一人ひとりが主人公の、共生のまちづくりを目指して』

3つの基本方針と7つの課題別分野を設定しています。さらに、乳幼児期から高齢期までのライフステージごとに目標や役割を設定することで、より具体的な健康づくりの取り組みを示しました。

#### 自殺対策推進計画

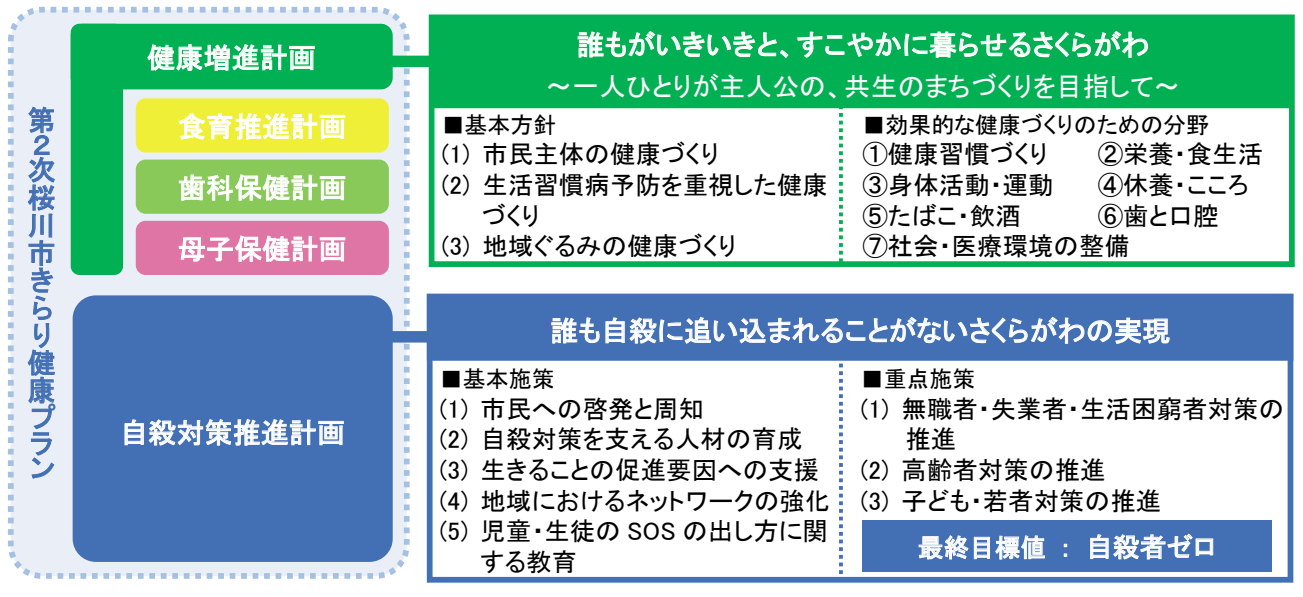
『誰も自殺に追い込まれることがないさくらがわの実現』

5つの基本施策と市の特性に合わせた3つの重点施策を設定しています。市民一人ひとりのかけがえのない命を守り、共に支え合う地域共生社会を目指し、最終目標値は「自殺者ゼロ」です。

#### もっと詳しく お読みになりたい方へ

第2次桜川市きらり健康プラン、およびプランのダイジェスト版を市のホームページで公開していますので、ご覧ください。また、今後の広報紙の中でもお知らせしていく予定です。

### 第2次桜川市きらり健康プラン体系図



広域通信制・単位制 **随時 学校見学受付中!!**

# 翔洋学園高等学校

**下館学習センター ☎0296-23-2711**

**転入学・編入学随時受付中!!**

- 丁寧な個別指導
- 入学相談随時対応
- 不登校生もサポート
- 入学金なし!!

お気軽にお問い合わせください! 「下館駅 南口 徒歩1分」

詳しくはWEBで! 翔洋学園 下館 [www.shoyo.ac.jp](http://www.shoyo.ac.jp)

耕そう、大地と地域の未来。JAグループ

JAは、食と農を基軸とする地域に根差した「協同組合」です。組合員の一人ひとりが力を合わせ、みんなの願いをかなえていく組織です。

**JA北つくば** 職員採用説明会開催中

〒308-0051 茨城県筑西市岡芹 2222  
電話 0296-25-6600 (代) 総務部

詳しくは当JAのHPへ <http://www.ja-kitatsukuba.or.jp/>