

健康相談

*相談担当 保健相談…保健師 栄養相談…栄養士
 歯科相談…歯科衛生士

実施日	場所	受付時間	内容
6月1日(月)	二本松保健センター	9:30~11:30	保健相談
	安達保健福祉センター		保健相談・歯科相談
	岩代保健センター		保健相談
	東和保健センター		保健相談・栄養相談
6月15日(月)	二本松保健センター	9:30~11:30	保健相談・栄養相談
	安達保健福祉センター		保健相談
	岩代保健センター		
	東和保健センター		

育児教室

(二本松地域) ◎問い合わせ…子育て支援センター ☎(23)0415

行事名	日時(受付時間)	会場	概要
育児のひろば(毎水曜)	3日、10日、24日	9:30~11:30	2歳児からの親子対象
育児講座	17日(水)		
親子教室(毎金曜)	5日、12日	10:00~11:30	0歳・1歳児親子対象
育児講座	19日(金)		
育児セミナー	4日	13:00~14:30	小児科医によるセミナー・相談

(安達地域) ◎問い合わせ…健康増進課 ☎(55)5110

行事名	日時(受付時間)	会場	概要
おひさまクラブ(木曜)	4日、18日、25日	10:00~11:30	安達保健福祉センター 年齢制限なし(保護者同伴)

(安達地域) ◎問い合わせ…あだち保育園 ☎(61)3290

行事名	日時(受付時間)	会場	概要
子育て支援センター	毎日(土・日曜日、祝日を除く)	8:30~13:30	子育て支援センター(保護者同伴)
あそびの広場	24日(水)	10:00~11:00	七夕飾りを作ろう

(岩代地域) ◎問い合わせ…小浜保育所 ☎(55)2124

行事名	日時(受付時間)	会場	概要
子育て支援センター	毎日(土・日曜日、祝日を除く)	8:30~13:30	子育て支援センター(保護者同伴)
すくすく広場(木曜)	4日、11日、18日、25日	10:00~11:30	小麦粉粘土遊び、アスレチックの冒険、父の日プレゼント作りなど

(東和地域) ◎問い合わせ…市民福祉課 ☎(66)2500

行事名	日時(受付時間)	会場	概要
つくしくらぶ(水曜)	3日、17日	10:00~	東和保健センター お昼ご飯作り、体育館遊び

ポリオ予防接種日程

対象児 生後3か月~7歳6か月まで

受け方 6週間以上の間隔をあけて2回接種

注意

- 下痢をしていると効果がなため接種できません。
- 当日の朝、咳や鼻水など気になる症状がある方、1か月以内に麻疹・風しん・水痘・突発性発疹などにかかった方は、必ず主治医に予防接種をしても良いか相談後おいでください。
- 生後6か月未満児は、BCGおよび三種混合予防接種を、1歳以上2歳未満児は、麻疹・風しん予防接種を優先してください。

期日	場所	受付時間	対象地区
6月3日(水)	安達保健福祉センター	13:00~	安達・岩代・東和
6月16日(火)	二本松保健センター		岳下・石井・大平
6月25日(水)	二本松保健センター	14:15~	杉田・塩沢・旧二本松市の二本松地区

健康と育児のひろば



今月の健康アドバイス 食中毒を予防しましょう

食中毒というと、レストランや旅館などの飲食店での食事が原因と思われるがちですが、毎日食べている家庭の食事でも発生していますし、発生する危険性もたくさん潜んでいます。
 厚生労働省の報告によると、平成20年の原因施設別食中毒発生状況では、死者4名のうち3名が、家庭の食事が原因で死亡しているのです。
食中毒予防の三原則
 食中毒菌を「付けない、増やさない、殺す」です。
家庭でできる食中毒予防6つのポイント

- ① 食品の購入
このポイントでは食中毒予防の三原則から成っています。
消費期限などを確認し、生鮮食品は新鮮な物を購入しましょう。冷蔵や冷凍が必要な食品の購入は買い物最後のし、購入したら寄り道せず帰宅しましょう。
- ② 家庭での保存
冷蔵や冷凍が必要な食品は、持ち帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫にいれましょう。
冷蔵庫や冷凍庫の詰め過ぎに注意し、7割程度を目安にします。冷蔵・冷凍を過信せず、早めに使い切るように心がけてください。
- ③ 下準備
台所を見渡してみましよう。
- ④ 調理
加熱する食品は十分に加熱します。めやすは、食品の中心部の温度が75度で1分間以上加熱することです。
電子レンジを使う場合、熱の伝わりにくい物は、時々かき混ぜることも必要です。
- ⑤ 食事
食卓につく前に手を洗いま

- ⑥ 残った食品
ちよつとでも怪しいと思ったら、食べずに捨てましょう。「ちよつと食べてみて判断」はいけません。
残った食品を扱う前にも手洗いをし、きれいな容器に保存します。早く冷えるよう、浅く、小さい容器を使うことが望ましいです。
- 調理前や調理後の食品は、室温に長く放置してはいけません。例えば、0157は室温でも15分20分で2倍に増えます。温かく食べる料理は常に温かく、冷やして食べる料理は常に冷たくしておきます。目安は温かい料理は65度以上、冷たい料理は10度以下です。

休日当番医

▽診療時間／(9:00~17:00)
昼休み／(12:00~14:00)

★印は正午まで。

④印は、診療科目に小児科の表示がある医療機関
※急な場合を除いて、診療が終了する間際でなく、
できるだけ時間に余裕を持って受診願います。

なお、当番医が変更になる場合がありますのでご注意ください。



- 6月7日(日)** (医)かさい小児科クリニック④ 油井 ☎(22)8800
(医)菊慈会きくち整形外科 油井 ☎(23)2627
(医)渡辺クリニック 本宮市高木 ☎(34)3311
- 14日(日)** (医)土川産婦人科医院④ 松岡 ☎(22)0035
(医)しかの眼科 油井 ☎(62)2520
(医)坂本クリニック 本宮市本宮 ☎(34)1188
- 21日(日)** 土川内科小児科④ 梶木 ☎(22)6688
(医)青木整形外科医院 榎戸 ☎(22)3103
(医)広仁会 金子医院④★ 小浜 ☎(55)2343
(医)慈久会 谷病院 本宮市本宮 ☎(33)2721
- 28日(日)** (医)佐藤内科胃腸科医院④ 油井 ☎(22)0174
(医)静心会 斎藤医院 若宮 ☎(22)0036
兼谷胃腸科外科医院 本宮市本宮 ☎(33)4141
- 7月5日(日)** (医)三浦内科医院 亀谷 ☎(23)3883
桑島耳鼻咽喉科医院 若宮 ☎(23)3387
(医)上遠野内科医院④ 本宮市本宮 ☎(33)5866

休日緊急歯科当番医

▽診療時間／(10:00~16:00)



- 6月7日(日)** 歯科渡辺クリニック 油井 ☎(22)3966
- 14日(日)** 三愛歯科診療所 亀谷 ☎(23)5152
- 21日(日)** 岩崎歯科医院 藤之前 ☎(22)8500
- 28日(日)** 安齋歯科医院 東町 ☎(22)0724
- 7月5日(日)** 佐藤歯科医院 竹田 ☎(22)2883

(注意)休日緊急歯科当番医は、緊急な場合の応急処置的な治療を目的に開設しております。緊急を要しない場合や高度な治療を必要とする場合は、通常の営業時間に受診ください。
なお、当番医が変更になる場合がありますのでご注意ください。

乳幼児健康診査

※今年度より、対象者の地域指定をなくし、保護者が健診会場を選択できるようにしました。

※同じ月の生まれでも健診月が2か月にまたがる場合もありますので、日程にご注意ください。

◆4か月児健康診査

対象者	期日	場所	受付時間
平成21年1月11日～ 平成21年2月10日生	6月10日(水)	二本松保健センター	12:30～ 13:30

今回は、平成21年2月11日から3月15日生の方を対象に、7月8日(水)安達保健福祉センター、7月22日(水)二本松保健センターで予定されています。

◆10か月児健康診査

- ・今月の対象者は平成20年8月生まれの方です。(まだの方は、1歳前まで受診できますので早めに受けましょう。)
- ・個別健診で実施していますので、問診票と同封の「10か月児健康診査のお知らせ」をご覧ください。実施医療機関に予約のうえ受診してください。

◆1歳6か月児健康診査

対象者	期日	場所	受付時間
平成19年11月11日～ 12月15日生	6月11日(木)	安達保健福祉センター	12:30～
	6月18日(木)	二本松保健センター	13:30

◆3歳児健康診査

対象者	期日	場所	受付時間
平成18年2月1日～ 2月28日生	6月9日(火)	安達保健福祉センター	12:30～
	6月19日(金)	二本松保健センター	13:30

乳幼児健康相談

※どの地域の保健センターでも受診できます。お住まいの地域に関係なく、ご都合のいい日程・時間に合わせておいでください。

◆7か月児健康相談

対象者	期日	場所	受付時間
平成20年10月3日～ 11月21日生	6月5日(金)	安達保健福祉センター	13:15～ 13:30
	6月23日(火)	二本松保健センター	9:15～ 9:30
平成20年10月1日～ 11月30日生	6月18日(木)	岩代保健センター	9:15～ 9:30

◆1歳児健康相談

対象者	期日	場所	受付時間
平成20年4月18日～ 5月31日生	6月5日(金)	安達保健福祉センター	9:15～ 9:30
	6月23日(火)	二本松保健センター	13:15～ 13:30
平成20年4月1日～ 5月31日生	6月18日(木)	岩代保健センター	9:15～ 9:30

※7か月児、1歳児健康相談は、二本松保健センターは5・6・8・9・11・12・2・3月開催、安達保健福祉センターは4・6・7・8・10・12・1・2月開催、岩代保健センターは4・6・8・10・12・2月開催、東和保健センターは5・7・9・11・1・3月開催です。

◆2歳児健康相談

対象者	期日	場所	受付時間
平成19年2月21日～ 4月15日生	6月12日(金)	二本松保健センター	13:15～ 13:30
	7月23日(木)	安達保健福祉センター	13:30
平成19年3月1日～ 5月31日生	6月4日(木)	岩代保健センター	13:15～ 13:30

※2歳児健康相談は、二本松保健センターは4・6・8・10・12・1・3月開催、安達保健福祉センターは5・7・9・11・1・2・3月開催、岩代保健センターは6・9・12・3月開催、東和保健センターは5・8・11・2月開催です。

◎問い合わせ…健康増進課 予防係 ☎(55)5109
保健係 ☎(55)5110
岩代保健センター ☎(65)2820
東和支所保健福祉係 ☎(66)2500

道の駅「安達」やさい家 駅菜都 農産物出荷者募集中!!

参加資格：二本松市内在住の方で野菜・加工品等を生産している方

年会費なし!!
通年募集

新規の出荷者を募集いたします。
皆様のご応募をお待ちしております。
お問合せ先：(株)安達町振興公社 ☎61-3100



信託 奥のぼろの里
安達ヶ原ふるさと村 ふるさと亭

日替わりランチははじめました!!
(各種宴会も承ります)

ランチタイム 11:00~14:00
毎日かわる日替メニュー!!コーヒー付で700円!!!
※平日のみ

お問合せ先：安達ヶ原ふるさと村 ☎22-7477