

健康相談

こころやからだの健康についてお気軽にご相談ください。

◎問い合わせ…健康増進課予防係 ☎(55)5109

| 実施日 | 場所 | 受付時間 | 内容 |
|--------|------------|-------------|-----------|
| 1日(月) | 二本松保健センター | 9:00~11:30 | 歯科相談・保健相談 |
| | 安達保健福祉センター | 11:30 | |
| | 岩代保健センター | 13:00~15:30 | 歯科相談・保健相談 |
| | 道の駅ふくしま東和 | 9:00~11:30 | |
| 15日(月) | 二本松保健センター | 9:00~11:30 | 保健相談 |
| | 安達保健福祉センター | | |
| | 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 |
|------------|----------------------------|-----------------------|----------------|
| 子育て支援センター | 毎日(土・日曜日、祝日を除く) 8:30~17:00 | 子育て支援センター(二本松保健センター内) | 年齢制限なし(保護者同伴) |
| 育児のひろば(火曜) | 2日、9日、23日、30日 9:30~11:30 | | 2歳児からの親子対象 |
| 親子教室(金曜) | 5日、19日、26日 10:00~11:30 | | 0歳・1歳児親子対象 |
| 育児セミナー | 4日(木曜) 14:00~15:30 | | 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、11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(あだち保育園内) | 年齢制限なし(保護者同伴) |
| あそびの広場 | 17日(水) 10:00~11:00 | | 保育園で遊ぼう |

(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(小浜保育所内) | 年齢制限なし(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 | | 魚つり遊び、はじき絵遊びなど |

(東和地域) ◎問い合わせ…市民福祉係 ☎(66)2499

| 行事名 | 日時(受付時間) | 会場 | 概要 |
|------------|-----------|----------|------|
| つくしクラブ(水曜) | 3日 10:00~ | 東和保健センター | 親子体操 |



今月の健康アドバイス

熱中症予防!

直射日光の当たらない室内でも、熱中症は発生します。高温多湿で風通しの悪い所、アスファルトの地面から日光の強い照り返しを受ける所などでは、汗の蒸発も不十分で体の熱が放散できず、熱中症の危険が増えます。暑さを自覚しにくい高齢者や体温調整機能が十分でない幼児・小児は特に注意が必要です。

熱中症とは

高温多湿な環境で、体内の水分や塩分のバランスが崩れ

熱中症の予防法

「水分補給」と「暑さを避けること」が大切です。
水分・塩分の補給 渴きを感じる前に早めに補給しましょう。
暑さを避ける 外を歩くときは日陰を選び、直射日光を避けましょう。服装は汗がすぐ乾くような、吸湿性と通気性の良い衣服を選びましょう。

熱中症になった時は

涼しい環境へ移動 風通しのよい日陰やエアコンが効いている室内へ移す。衣服を脱がせ身体を冷やす 衣服をゆるめ、首や脇の下、足の付け根などを冷やす。水分・塩分を補給 冷たい水やスポーツドリンクなどを飲ませる。医療機関へ運ぶ 自力で水が飲めない、意識がない場合は、すぐに救急隊を要請しましょう。

室内の温度管理 すだれやカーテンなどで直射日光を防ぐと室温が上がりにくくなります。



ただいま住宅ローン(新規・借換)キャンペーン実施中。

ローンセンター

住宅ローン・災害資金(住宅、宅地等の修繕)取扱中・マイカーローンもご相談下さい

営業時間 平日:午前9時~午後5時 日曜日:午前9時~午後3時 土曜日定休

住所:二本松市成田町1-821-1(二本松支店となり)TEL:24-1127

休日当番医

▽診療時間／(9:00~17:00)
昼休み／(12:00~14:00)

※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。

④印は、小児科の当番医療機関

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。



- 8月7日(日)** (医)高橋内科医院 油井 ☎(22)5636
(医)青木整形外科医院 榎戸 ☎(22)3103
(医)上遠野内科医院④ 本宮市本宮 ☎(33)5866
- 14日(日)** (医)森小児科医院④ 郭内 ☎(22)3215
岩代国民健康保険診療所 百目木 ☎(56)2461
池田眼科医院 本宮字本宮 ☎(34)4100
- 21日(日)** (医)博愛会東和クリニック④ 針道 ☎(66)2122
(医)三浦内科医院 亀谷 ☎(23)3883
吉田耳鼻咽喉科 本宮字本宮 ☎(34)1330
- 28日(日)** みうら内科クリニック④ 羽石 ☎(22)5512
(医)静心会斎藤医院 若宮 ☎(22)0036
(医)国分整形外科医院 本宮字本宮 ☎(33)1088
- 9月4日(日)** (医)辰星会栞記念病院 住吉 ☎(22)3100
(医)辰星会栞病院 本町 ☎(22)2828
やなぎほり皮膚科クリニック 本宮字高木 ☎(24)1028

休日緊急歯科当番医

▽診療時間／(10:00~16:00)



- 8月7日(日)** さいとう歯科医院 針道 ☎(46)2814
- 14日(日)** 原歯科医院 本町 ☎(22)0209
- 21日(日)** 大内歯科医院 向原 ☎(23)0750
- 28日(日)** 金子歯科 郭内 ☎(22)4356
- 9月4日(日)** ほんだ歯科クリニック 本町 ☎(22)8862

(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います。緊急を要しない場合や高度な治療を必要とする場合は、通常の開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

◆4ヵ月児健康診査

| 対象者 | 期日 | 場所 | 受付時間 |
|-----------------------|----------|------------|--------|
| 平成23年3月26日～ 4月30日生 | 8月3日(水) | 二本松保健センター | 12:30～ |
| | 8月23日(火) | 安達保健福祉センター | 13:30 |

◆10ヵ月児健康診査

- ・対象者は満10ヵ月を迎えた方です。(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「10ヵ月児健康診査のお知らせ」(出生届出時の配布)をご覧になり、実施医療機関に予約のうえ受診してください。

◆1歳6ヵ月児健康診査

| 対象者 | 期日 | 場所 | 受付時間 |
|-----------------------|----------|------------|--------|
| 平成22年1月11日～ 2月15日生 | 8月25日(木) | 安達保健福祉センター | 12:30～ |
| | 9月8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20年4月11日～ 5月15日生 | 8月9日(火) | 安達保健福祉センター | 12:30～ |
| | 8月26日(金) | 二本松保健センター | 13:30 |

※集団(4ヵ月・1歳6ヵ月・3歳児)健診では、歯科・保健相談、指導を行っています。歯科指導では希望があれば保護者の方の歯みがき支援も行っていきます。

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ヵ月児健康相談

| 対象者 | 期日 | 場所 | 受付時間 |
|----------------------------|----------------------|-----------|---------------|
| 平成22年12月1日～ 平成23年1月15日生 | 8月2日(火) | 二本松保健センター | 9:15～ 9:30 |
| | 平成23年1月1日～ 2月28日生 | 8月31日(水) | |

◆1歳児健康相談

| 対象者 | 期日 | 場所 | 受付時間 |
|----------------------|----------------------|-----------|-----------------|
| 平成22年6月1日～ 7月15日生 | 8月2日(火) | 二本松保健センター | 13:15～ 13:30 |
| | 平成22年7月1日～ 8月31日生 | 8月31日(水) | 岩代保健センター |

※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・9・10・12・1・3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21年4月11日～ 5月31日生 | 8月18日(木) | 安達保健福祉センター | 9:00～ 9:15 |
| | 8月24日(水) | 二本松保健センター | 13:15～ 13:30 |
| 平成21年4月1日～ 6月30日生 | 8月8日(月) | 東和保健センター | |

※二本松保健センターは5・7・8・10・12・1・3月開催、安達保健福祉センターは4・6・8・9・11・1・2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
東和支所市民福祉係 ☎(66)2499

やすらぎの丘 二本松斎場



全日本葬祭業協同組合連合会加盟

丸又ふれあい会 会員募集中

葬儀のすべてのご相談・ご用命は

有限会社 **丸又葬儀社**

本店/〒964-0917 福島県二本松市本町2丁目99-2 ☎0243-22-5598
二本松斎場/〒964-0875 福島県二本松市槻木257-5

フリーダイヤル **0120-03-5598**