

定例健康相談

*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 こころの健康相談…臨床心理士

実施日	場所	受付時間	内容
7月(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		栄養相談・保健相談
	岩代保健センター		保健相談
	道の駅ふくしま東和		歯科相談・保健相談
21日(月)	二本松保健センター	13:00~15:30	歯科相談・保健相談
	安達保健福祉センター	9:00~11:30	保健相談
	岩代保健センター		歯科相談・栄養相談 保健相談
	東和保健センター		保健相談
25日(金)	二本松保健センター	13:30~15:30	こころの健康相談

こころやかならだの健康、離乳食やお口の手入れについてお気軽にご相談ください。
 ※『こころの健康相談』ご希望の方は、3日前までに下記までご連絡ください。

◎問い合わせ…健康増進課予防係 ☎(55)5109

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)	1日、8日、15日、29日 9:30~11:30		2歳児からの親子対象
親子教室(金曜)	4日、18日 10:00~11:30		0歳・1歳児親子対象
育児講座	11日(金) 10:30~12:00		離乳食作り(限定10組、要予約)

(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)	10日、17日、24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	年齢制限なし(保護者同伴)
あそびの広場	16日(水) 10:00~11:00	(あだち保育園内)	料理教室に参加しよう

(岩地域) ◎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	年齢制限なし(保護者同伴)
すくすく広場(木曜)	10日、17日、24日 10:00~11:30	(小浜保育所内)	消防署見学など

(東地域) ◎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)	2日、16日 10:00~	東和保健センター	芋煮会、みんなでおしゃべり

健康と育児のひろば



今月の健康アドバイス

インフルエンザ予防

2009年に発生した新型インフルエンザ(A/H1N1)は、今年4月から通常の季節性インフルエンザに変わりました。しかし、季節性インフルエンザも毎年1万人前後の関連死を出しています。

一人ひとりの対策を徹底し、インフルエンザから家族と地域を守りましょう。

流行前のワクチン接種

ワクチン接種は発症する可能性を減らし、発症しても重症状態になるのを防ぎます。毎年の接種が望まれます。

手洗い・うがい

感染予防の基本です。一般的な感染症の予防のためにも行いましょう。

咳エチケット

不織布製マスクをしましょう。インフルエンザは、主に感染者の咳やくしゃみのしぶきに含まれるウイルスを吸い込むことで感染します。

人混みへの外出を控える

くしゃみ等のしぶきが届く距離は、2m程度です。人との接触をなるべく減らすことが、感染リスクを下げます。

規則正しい生活

普段からの健康管理も重要で、抵抗力を高めましょう。

適度な湿度の保持

空気が乾燥すると、喉の粘膜の防御機能が低下します。特に乾燥しやすい室内では加湿器などを使って、適度な湿度(50~60%)を保つことも効果的です。

ありがとう
心静かに手を合わせ。

豊かな緑に囲まれた静寂な施設のなか、

祭壇 葬儀用品 お料理 花輪 贈答品

など、満足のいくサービスを提供いたします。

ヨサン イイクヨー
0120-43-1194

●年中無休 ●24時間受付 ●大駐車場完備

社の中の斎場

己ほう鳳りん

ほうりん斎場 二本松市上竹2-286-1
ほうりん斎場ホール TEL.0243-23-5520 FAX.0243-22-7377
東和斎場 二本松市針道字鍛冶屋敷15-1
大山斎場 大玉村大山字玉貫19-7
福島平野斎場 福島市飯坂町平野字大前田1-4
TEL.024-542-6444 FAX.024-542-4960

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。



11月3日(木)	(医)ダザイ胃腸科内科医院 表 ☎(22)9255
	佐久間内科小児科医院 本 町 ☎(22)0570
	吉田耳鼻咽喉科 本宮市本宮 ☎(34)1330
6日(日)	みうら内科クリニック④ 羽 石 ☎(22)5512
	(医)高橋内科医院 油 井 ☎(22)5636
	(医)国分整形外科医院 本宮市本宮 ☎(33)1088
13日(日)	(医)博愛会 東和クリニック④ 針 道 ☎(66)2122
	(医)静心会 斎藤医院 若 宮 ☎(22)0036
	小野崎 医院 針 道 ☎(46)2001
	いしわたクリニック 本宮市荒井 ☎(63)2826
20日(日)	土川内科小児科④ 槻 木 ☎(22)6688
	しかの 眼科 油 井 ☎(62)2520
	(医)慈久会 谷病院 本宮市本宮 ☎(33)2721
23日(水)	渡 辺 医 院 ④ 正法寺町 ☎(62)3000
	(医)青木整形外科医院 榎 戸 ☎(22)3103
	東 北 病 院 本宮市青田 ☎(33)2588
27日(日)	(医)三浦内科医院 亀 谷 ☎(23)3883
	さくらクリニック 藤 之 前 ☎(62)3931
	(医)坂本クリニック④ 本宮市本宮 ☎(34)1188
12月4日(日)	(医)森小児科医院④ 郭 内 ☎(22)3215
	本田レディースクリニック 本 町 ☎(22)0301
	本宮市国保白岩診療所 本宮市白岩 ☎(44)2008

休日緊急歯科当番医

▽診療時間／(10:00~16:00)



11月3日(木)	デンティスト ワタナベ 若 宮 ☎(22)0612
6日(日)	三 愛 歯 科 診 療 所 亀 谷 ☎(23)5152
13日(日)	佐 藤 歯 科 医 院 小 浜 ☎(55)2596
20日(日)	伊 藤 歯 科 医 院 金 色 久 保 ☎(22)2277
23日(水)	とうのす 歯 科 医 院 油 井 ☎(22)8422
27日(日)	さいとう 歯 科 医 院 針 道 ☎(46)2814
12月4日(日)	安 齋 歯 科 医 院 東 町 ☎(22)0724

(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7月1日～ 7月31日生	11月9日(水)	安達保健福祉センター	12:30～
	11月30日(水)	二本松保健センター	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4月1日～ 5月10日生	11月10日(木)	安達保健福祉センター	12:30～
	11月17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7月11日～ 8月5日生	11月8日(火)	安達保健福祉センター	12:30～
	11月18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。お住まいの地区に関係なく、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23年3月1日～ 4月15日生	11月11日(金)	二本松保健センター	9:15～
			9:30
平成23年3月1日～ 4月30日生	11月22日(火)	東和保健センター	9:15～ 9:30

◆1歳児健康相談

対象者	期 日	場 所	受付時間
平成22年9月1日～ 10月15日生	11月11日(金)	二本松保健センター	13:15～
			13:30
平成22年9月1日～ 10月31日生	11月22日(火)	東和保健センター	9:15～ 9:30

※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・9・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7月21日～ 9月10日生	11月16日(水)	安達保健福祉センター	9:00～
			9:15
平成21年7月1日～ 9月30日生	12月6日(火)	二本松保健センター	13:15～
			13:30
平成21年7月1日～ 9月30日生	11月22日(火)	東和保健センター	13:15～
			13:30

※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



社団法人二本松法人会・青年部会・女性部会設立20周年記念
講演会・パネルディスカッション

未来を担う子どもたちのために

20th

※講師：浪江町長 馬場 有 氏 ※パネリスト：浪江町長・相双法人会・二本松法人会 ※司会進行：ラジオ福島 大和田 新アナウンサー
日 時 11月11日(金)15:30~17:10
場 所 二本松御苑 (入場無料)
問 合 (社)二本松法人会 TEL 22-8688

ふるさとの自然の中で 子どもたちをのびのびと遊ばせたい。私たちの願いはごく普通のこと…未来を担う子どもたちのために私たち大人がやらなければならないことを考えます。