今

月

の

健

ア ドバ

イス

のどに詰まりやすい食品

食べ物による窒息事故に

ご注意ください

*相談担当 保健相談…保健師

実施日	場所	受付時間	内 容	
	二本松保健センター		<i>I</i> □ <i>I</i> =++□=-x	
4月	安達保健福祉センター	9:30~11:30		
6日(月)	岩代保健センター	9 . 30 ~ 11 . 30		
	東和保健センター			
	二本松保健センター		10 bit 10 - 4	
4月	安達保健福祉センター	9:30~11:30		
20日(月)	岩代保健センター	9 . 30 - 11 . 30		
	東和保健センター			

数

(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)	1日、8日、 15日、22日		子育て支援	2歳児からの 親子対象
親子教室 (毎金曜)	3日、10日、 17日、24日		センター (二本松保 健センター	○歳・1歳児 親子対象
育児セミナー	2日(木)	13:00~ 14:30	2階)	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	2日、16日、		安達保健福	年齢制限なし
(木曜)	23日		祉センター	(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	子育で センタ (あだ	7 —	年齢制限 (保護者	
あそびの広場	21日(火)	10:00~ 11:00	育園内		小麦粉料 ぼう	沾土で遊

◎問い合わせ…小浜保育所 ☎(55)2124 (岩代地域)

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	子育で センタ		年齢制隊 (保護者	
すくすく広場 (木曜)	16日、23日、 30日	10:00~ 11:30	(小浜 所内)	保育	保育所の 歩、ふわ、 ル遊び	ふわボー

(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	15日休)	10:00~	合戦場の しだれ桜 (現地集合)	お花見、自己紹介(雨天時変更あり)



高齢者やお子さんなどを中起きたことはありませんか。 ま ため窒息が起こりやすくなり る機能が低下(未熟)している高齢者やお子さんは、食べ人以上(1日約11人)もいます。 する方は、全国で年間約4千 心に、食品による窒息で死亡 ることが大切です。 っかり噛んで、ゆ す。「むせ」が出てきたら、 茶やみそ汁など食べて 服薬時などに「むせ」が いつくり

> りゼリー、 食べる時に気をつけること その他 団子、 果実類、

②一口の量は少なめに①食べ物を自分の目で確認

正月

⑤歯のない方は、入れ歯をい④よく噛み細かく噛みつぶす②いきなり口の奥に入れない②一口の量は少なめに

ス

⑥食べることに集中のの食べることに集中のない方は、入れ

②早食いは禁物 ③早食いは禁物 ③早食いは禁物 ⑩普段からブクブクうがい
⑨早食いは禁物

な

11

※

ません。ないペラ約受付日は

なお、各診療科は、 9時~正午のみ

e V

予 半

·日で10名程度までの診

定となって

います。

お話

(金)午前

午後1

時~4時。

中、 (月~木)午前9時 療日時(週5回 しくは次のとおりです。 時に誤りがありました。、性差医療センターの診 (正午、

※ あ お詫びと訂正 なります。 報3月号の健康ア |活を楽しみまし よう。 Į, バ

米飯(おにぎり)、 カップ入 肉類、 パ

0

どで口 意識と注意で事故予防となりまえなことも、少し の機能を維 元気に素敵な食 持

全日無料

営業期間 4月5日 ●まで

土・日・祝日……7:30~16:30 ※7:30~8:30はオレンジラインリフトのみの運行と 平日………8:30~16:30

◆大人(中学生以上~49歳) セッ レンタル バック 大人 5,200円 5,700円 シニア 4,700円 5,200円 小人 3,600円 4,100円 1日券+スキースクール半日または ボードスクール半日

A リフト&ゴンドラ料金 ※リフト券お買い上げの方に+500円で岳温泉入浴券付チケットを販売しております。 2,800円 2,500円 2,200円 営業開始から終了まで〈ゴンドラ共通〉 -こどもの日 3月28日生

◆小学生以下1日券半額の1,100円! ◆レンタルスキー&スキースクール半額に割引! ◆パディントンベアと餅つきしましょう! (富士急レストハウス11時~、14時~)

お得なメールマガジン会員募集中! 携帯用の登録はこちらから→



あだたら 本松市奥岳温泉 TEL 0243-24-2141 www.naf.co.jp/adataraski/

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

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。



休日緊急歯科当番医



⊕⊙

▽診療時間/(10:00~16:00)

4月5日(日) 和田歯科クリニック 小 浜 ☎(55)2286

12日间 渡 辺 歯 科 医 院 本 町 ☎(22)0057

19日(日) さとうデンタルクリニック 油 井 ☎(62)0418 26日(日) み う ら 歯 科 医 院 小 浜 ☎(55)3008

29日成 佐藤歯科医院小浜 ☎(55)2596

5月3日(I) デンティスト ワタナベ 若 宮 ☎(22)0612

(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

○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ヶ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20年12月1日~			12:30~
平成21年1月10日生	5月13日(水)	二本松保健センター	13:30

◆10か月児健康診査

- ・今月の対象者は平成20年6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か月児健康診査

対象	者	期	日	場	所	受付時間
平成19年9	月1日~ 4	1月	9日(木)	安達保健福	祉センター	12:30~
10)月10日生 4	月1	.6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17年12月1日~	4月17日金	二本松保健センター	12:30~
12月31日生	4月21日(火)	安達保健福祉センター	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か月児健康相談

対象者	期 日	場所	受付時間
平成20年9月1日~ 10月2日生	4月7日(火)	安達保健福祉センター	13:15~ 13:30
	5月19日(火)	二本松保健センター	9:15~ 9:30
平成20年8月1日~ 9月30日生	4月23日(木)	岩代保健センター	9:15~ 9:30

**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。

◆1歳児健康相談

V 1 MAZOREMAN THEM			
対象者	期日	場所	受付時間
平成20年3月1日~ 4月17日生	4月7日(火)	安達保健福祉センター	9:15~ 9:30
	5月19日(火)	二本松保健センター	13:15~ 13:30
平成20年2月1日~ 3月31日生	4月23日(木)	岩代保健センター	9:15~ 9:30

※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

- 1000 B DC 101 1 H H			
対象者	期日	場所	受付時間
平成19年1月1日~	4月23日(木)	二本松保健センター	13:15~
2月20日生	5月26日(火)	安達保健福祉センター	13:30

※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 保 健 係 ☎(55)5110
予 防 係 ☎(55)5109

岩 代 保 健 セ ン ダ ニ ☎(65)2820 東 和 支 所 保 健 福 祉 係 ☎(66)2500

うれしい音色が聞こえる ~ ちょきんぎょの春。

双河川》李中》《一》第一中川



(キャンペーン期間 平成21年3月16日~4月30日)

期間中、対象商品をご契約された方にちょきんぎょグッズプレゼント!

『対象商品』 ○給与振込(新規ご指定の方)

○定期積金(満期受取額50万円以上の新規ご契約の方)

○JAカード(新規お申し込みの方)

くわしくはお近くのJA支店またはMA(マネーアドバイザー)まで・・♪ 🎺 二本松市指定金融機関 JAみちのく安達