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
5日(月)	二本松保健センター	9：30～11：30	栄養相談・保健相談
	安達保健福祉センター		歯科相談・保健相談
	岩代保健センター	13：30～15：30	歯科相談・保健相談
	東和保健センター	9：30～11：30	保健相談

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2階)	年齢制限なし(保護者同伴)
育児のひろば(火曜)	6日、13日、27日	9：30～11：30		2歳児からの親子対象
育児講座	20日(火)			心肺蘇生講習会
親子教室(金曜)	2日、9日、16日、23日	10：00～11：30		0歳・1歳児親子対象

（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)	1日、15日、22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(土)	10：00～11：00		夏祭りに参加しよう

（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)	1日、8日、15日、22日、29日	10：00～11：30		七夕飾り作り、色水遊びなど

（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
つくしくらぶ(水曜)	7日、21日	10：00～	東和保健センター	七夕飾り作り、みんなで遊ぼう

健康と育児のひろば

今月の健康アドバイス

がんは日本人の国民病（その3）

大腸がん

大腸は消化吸収された残りのものをため、水分を吸収しながら大便にするところです。結腸と直腸肛門からなり、長さは2メートル。多種、多量の細菌の住みかでもあります。

大腸がんは発生した位置により、結腸がんと直腸がんに分類されます。直腸、S状結腸、下行結腸がんでは排便に関係する症状が多く、中でも血便が多く見られます。よく痔と勘違いして、放置する人もいますが、注意が必要です。

横行結腸、上行結腸のがんは排便に関する症状が減り、自覚症状が出にくくなります。

大腸がんは早い時期に発見すれば、内視鏡的切除や外科療法により完全に治すことができます。したがって、無症状の時期に発見することが重要です。

大腸がんの罹患率、死亡率はともに男性のほうが女性の約2倍と高くなっています。

大腸がんの予防法

①定期的に運動をする。
②野菜を食べる。
③保存、加工肉の摂取量を減らす。

推奨されているがん検診

40歳以上の人は年に1回「便潜血検査」を受けましょう。

※現在日本では「がん検診ガイドライン」で5つ（胃・大腸・肺・乳・子宮）のがん検診で「推奨する検査方法」と「適切な受診間隔」を決めています。

ありがとう
心静かに手を合わす。

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。

フリーダイヤル 0120-43-1194（ヨサン イイクヨー）
●年中無休　●24時間受付　●大駐車場完備

杜の中の斎場
ほうりん 鳳麟

ほうりん斎場 ほうりん法要ホール　二本松市上竹2-286-1 TEL.0243-23-5520 FAX.0243-22-7377
東和斎場　二本松市針道字鍛冶屋敷15
大山斎場　大玉村大山字玉貫19
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）
★印は正午まで。
㊫印は、小児科の当番医療機関。
※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。

7月4日(日)	（医）森小児科医院㊫	郭内	☎(22)3215
	(医)成美会鈴木皮フ科クリニック	本町	☎(22)6877
	よしだ内科	本宮市本宮	☎(63)2333
11日(日)	(医)かさい小児科クリニック㊫	油井	☎(22)8800
	整形外科内科　小林医院	根崎	☎(22)0682
	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
18日(日)	みうら内科クリニック㊫	羽石	☎(22)5512
	(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
19日(月)	社会保険二本松病院	成田町	☎(23)1231
	野地眼科医院	若宮	☎(23)0024
	(医)坂本クリニック㊫	本宮市本宮	☎(34)1188
25日(日)	土川内科小児科㊫	槻木	☎(22)6688
	(医)外科胃腸科肛門科原医院	若宮	☎(23)2111
	（医）慈久会　谷病院	本宮市本宮	☎(33)2721
8月1日(日)	(医)安斎内科胃腸科医院	若宮	☎(22)3001
	(医)青木整形外科医院	榎戸	☎(22)3103
	(医)上遠野内科医院㊫	本宮市本宮	☎(33)5866

休日緊急歯科当番医

▽診療時間／（10：00～16：00）

7月4日(日)	さいとう歯科医院	針道	☎(46)2814
11日(日)	安斎歯科医院	東町	☎(22)0724
18日(日)	佐藤歯科医院	竹田	☎(22)2883
19日(月)	大内歯科医院	向原	☎(23)0750
25日(日)	しみず歯科医院	東裏	☎(22)9090
8月1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

◆4ヵ月児健康診査

対象者	期日	場所	受付時間
平成22年2月6日～3月25日生	7月7日(水)	安達保健福祉センター	12：30～13：30
	7月21日(水)	二本松保健センター	

◆10ヵ月児健康診査

・対象者は満10カ月を迎えた方です。（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カ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20年12月11日～平成21年1月20日生	7月8日(木)	安達保健福祉センター	12：30～13：30
	7月15日(木)	二本松保健センター	

◆3歳児健康診査

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

※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21年11月16日～12月31日生	7月16日(金)	安達保健福祉センター	13：15～13：30
	7月22日(木)	二本松保健センター	9：15～9：30
平成21年11月1日～12月31日生	7月13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21年5月16日～6月30日生	7月16日(金)	安達保健福祉センター	9：15～9：30
	7月22日(木)	二本松保健センター	13：15～13：30
平成21年5月1日～6月30日生	7月13日(火)	東和保健センター	9：15～9：30

※二本松保健センターは4・6・7・9・10・12・2・3月開催、安達保健福祉センターは4・5・7・8・10・11・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20年4月11日～5月31日生	7月27日(火)	安達保健福祉センター	9：00～9：15
	8月18日(水)	二本松保健センター	13：15～13：30

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

7月の講座のご案内

要予約　定員：各回10人

【涼風モビール講座】

開講日：7/3(土)、14(水)
時間：10：00～12：00
料金：1,700円
申込〆切：各開講日の10日前

【竹のかざぐるま講座】

開講日：7/9(金)、25(日)
時間：10：00～11：30
料金：900円
申込〆切：各開講日の10日前

【エンボス和紙漉き講座】

開講日：7/11(日)、29(木)
時間：10：00～11：30
料金：1,000円
申込〆切：各開講日の5日前

【毎月開催！一閑張講座】

開講日：7/5(月)、17(土)、28(水)
時間：10：00～12：00
料金：600円(※材料費別途料金)
申込〆切：各開講日の前日

お申し込み・お問い合わせ：二本松市和紙伝承館（☎61－3200）

二本松市温泉健康保養施設
スカイピア あだたら

温泉愛称決定　「あだたら　高原温泉　空の湯」
営業時間　10：00 ～ 21：00(最終受付時間　20：30)
定休日　水曜日
利用料金(税込)

大人（高校生以上）	定期利用券(3ケ月)	10,000円
	入館券(1日券)	500円
	回数券(12枚)	4,000円
	回数券(6枚)	2,400円
子供（小・中学生）	定期利用券(3ケ月)	5,000円
	入館券(1日券)	250円
	回数券(12枚)	2,000円
	回数券(6枚)	1,200円

※　身体障害者手帳をお持ちの方は、各料金半額となります。
体育館利用料金　専用使用　1時間につき　1,750円

お問い合わせ　㈱安達町振興公社　スカイピア　あだたら　TEL24-3101