

乳幼児健康診査など

- お住まいの地区の会場で受診してください。
- やむを得ず別の会場で受診する場合は、事前にお住まいの地区の市民課（船引地区は保健課）に申し込んでから受診してください。

乳幼児健康診査の共通事項 ●会場…各保健センター ●受付…13:00～13:20

① 4カ月児健診

日	地区	対象	会場
6(木)	滝根 大越	平成 25 年 9 月生～ 平成 25 年 10 月生	滝根
25(火)	船引	平成 25 年 10 月生	船引

●持参物…母子健康手帳・問診票・バスタオル

② 10カ月児健診

日	地区	対象	会場
6(木)	滝根 大越	平成 25 年 3 月生～ 平成 25 年 4 月生	滝根
27(木)	船引	平成 25 年 4 月生	船引

●持参物…母子健康手帳・問診票・バスタオル

③ 1歳6カ月児健診

日	地区	対象	会場
4(火)	船引	平成 24 年 7 月生	船引
20(木)	都路 常葉	平成 24 年 6 月生～ 平成 24 年 7 月生	常葉

●持参物…母子健康手帳・問診票

④ 3歳児健診

日	地区	対象	会場
18(火)	全地区	平成 22 年 8 月生	船引

●持参物…母子健康手帳・問診票

育児相談・教室

すくすく教室（要予約）

- 日 時 13 日(木) 受付…9:30～9:50
- 会 場 船引保健センター
- 対 象 ことばが遅い、落ち着きがない、友達とうまく遊べないなどの悩みがある方
- 内 容 親子あそび、医師・心理士らによる相談など
- 申込先 保健課 ※お気軽にご相談ください。

7カ月児育児相談（予約不要）

- 日 時 19 日(水) 受付…13:00～13:20
- 会 場 船引保健センター
- 対 象 平成 25 年 7 月～8 月生
- 持参物 母子健康手帳・問診票・バスタオル

離乳食教室（要予約）

- 日 時 14 日(金) 受付…13:00～13:20
- 会 場 船引保健センター
- 対 象 離乳食に関心のある方
- 持参物 母子健康手帳・エプロン・おんぶひも
- 申込先 2 月 7 日(金) まで保健課へ

保健センター自由開放日など

自由開放・健康相談

地区	日	時間
滝根	3・24(月)	9:00～16:00
大越	19(水)・25(火)	10:00～15:00
都路	7(金)・17(月)	9:00～16:00
常葉	7・28(金)	9:00～16:00
船引	7・21・28(金)	9:00～16:00

子どもの教室・運動関連

地区	内容	日	時間
滝根	育児相談	3・24(月)	10:00～11:30
	体操教室		13:30～15:00
大越	あそびの広場	25(火)	10:00～11:30
	ヘルスアップ教室	19(水)	13:30～15:00
常葉	ゆめっ子教室	27(木)	9:30～11:30
船引	育児相談	28(金)	9:00～11:00
	リフレッシュ体操	14・28(金)	13:30～15:00

運動サロン 要田元気塾

～ サロン紹介第 2 弾～
風船バレーで若返り



市では、高齢者の皆さんが、いつまでも元気に活動的な生活が送れるよう、筋力向上のための教室「いきいき田村元気塾」を行っています。昨年 8 月にこの教室を卒業した要田地区の皆さんが、月に 2 回要田出張所に集まり自分の元気のためのサロン「要田元気塾」を開催しています。昨年 9 月から開始し、50 歳代～80 歳代までの幅広い年代層で、体操やレクリエーションでの交流を楽しんでいます。「体が軽くなった」「みんなという話ができとても楽しい」など効果を実感した声も聞かれています。また、組回覧などで幅広く地区の皆さんへお知らせしています。

いつまでも住み慣れたわが家で元気に暮らしたい…そのために必要な体力や筋力づくりを、仲間と一緒に楽しむことができるのはとても素晴らしいことです。市では、身近な集会所などでの運動サロン開催の支援をしています。自分の地区にも運動サロンをつくりたいと思っている方は、ぜひ保健福祉部保健課(☎81-2271)にご連絡ください。皆さんの元気づくりをお手伝いします。

ラジオ体操を体感!

健康づくり市民講座「やっぱりスゴイ!ラジオ体操～第 2 弾～」が 11 月 20 日に開かれました。受講者は、ラジオ体操をより効果的に行うため、動きのポイントを確認しながら取り組みました。



こころとからだの健康相談

こころの健康相談（相談無料、秘密厳守）

- 日 時 12 日(水) 13:30～15:30
- 会 場 滝根保健センター
- 申込先 1 週間前までに保健課へ
※臨床心理士が相談に応じます。

精神障害者デイケア

- 日 時 21 日(金) 13:00～15:00
- 会 場 常葉保健センター
- 対 象 在宅で生活する精神障害者で主治医の了解がある方

AA ミーティング

- 日 時 毎週土曜 13:30～15:00
- 会 場 船引就業改善センター
- 対 象 飲酒をやめたいと願う本人・家族

ひとりで悩まず、まずはご相談を!

障害者(身体・知的・精神・難病者)相談支援

- 方 法 電話または来所による相談
- 時 間 月～金(祝日除く) 9:00～17:00
- 会 場 ①相談支援田村事業所 ☎85-3888 (大越町牧野字塚)
②田村市指定相談支援事業所 ☎82-2943 (船引町船引字源次郎)
- その他 内容によっては相談員が訪問します。

その他の相談先

- 福島いのちの電話 ☎024-536-4343 (毎日) 10:00～22:00
- こころの電話 ☎024-535-5560 (月～金) ※休日除く 9:00～16:00
- 県中保健福祉事務所 ☎0248-75-7811 (月～金) ※休日除く 8:30～17:15
- 福島県精神科救急情報センター ☎0570-055699 (毎日) 17:30～22:00

2月の休日当番医・薬局

-変更される場合がありますので
受診前に確認してください-

2(日)

東部台こどもクリニック(船引町) ※
☎81-2580
コスモス調剤薬局東部台店(船引町)
☎81-2205

9(日)

のぞわ内科クリニック(三春町)
☎61-1500
ルビー調剤薬局(三春町) ☎62-4848

11(火・祝)

南東北病院附属大越診療所(大越町)
☎79-2121

16(日)

石塚医院(小野町) ☎72-2161
ヤナイ調剤薬局(小野町) ☎72-5912

23(日)

まつえ整形外科(船引町) ☎81-1222
げんじろう調剤薬局(船引町)
☎81-1555

診療時間…9:00～18:00 ※は 17:00 まで

その他の緊急問い合わせ先

■郡山市休日・夜間急病センター
郡山市字上亀田 1-1(旧国立郡山病院跡)
☎024-934-5656

区分	診療時間・科目
休日	9:00～17:00 内科・小児科・歯科
	19:00～23:00 内科・小児科
平日	19:00～23:00 内科・小児科

■テレフォンサービス
【休日・夜間】当番医療機関
☎024-933-4000

■その他病院に関する問い合わせ
郡山消防本部 通信指令課
☎024-933-2400

■福島県子ども救急電話相談
【受付時間】毎日、午後 7 時～翌朝 8 時
子どもが急病のとき、家庭での対処法について医師・看護師らがアドバイスします。
・固定電話プッシュ回線・携帯電話から短縮ダイヤル ☎ # 8000
・固定電話アナログ回線などから ☎024-521-3790