



次ページにもほけんだよりが続きます

育児相談

子どもの発達相談会(要予約)

- 日時 25日(月) 13:30～16:30
- 会場 子育て支援センター
- 対象 お子さんの「発音が心配」「どもりがある」など相談のある方(おおむね4歳から18歳までの方と保護者)
- 内容 言語聴覚士による個別相談 ※1人40分程度
- 申込 1週間前までにこども未来課 ☎82-1000へお申し込みください。



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 13日(水) 13:30～15:30
- 会場 船引保健センター
- 申込 1週間前までに保健課 ☎81-2271へお申し込みください。 ※臨床心理士が相談に応じます。



その他の相談先

- 福島いのちの電話 ☎024-536-4343
- 時間 10:00～22:00(毎日)
- 毎月第3土曜日は午前10時から翌日午前10時までの24時間受付。いつでも、誰でも、どこからでも利用できる相談です。ひとりで悩まずお話しください。

総合健診で“1日の推定食塩摂取量”を測定できます

総合健診の尿検査で、推定食塩摂取量の測定を無料で実施しています。食塩のとり過ぎは高血圧の要因の1つで、血圧が高くなると心臓や血管に負担がかかります。健診で自分のとっている食塩の量を確認し、健康管理にお役立てください。



たむら市民病院から

Tamura Municipal Hospital



市民病院 ホームページ

毎年1回、定期健康診断を受けましょう!

健康な生活には、「予防」と「早期対応」が大切です。たむら市民病院では、市民の皆さんの健康づくりのサポートとして、健康状態のチェックのための一般健診・企業健診を行っています。健康の維持や病気の予防、早期発見にご活用ください。

【定期健康診断Aコース】

- 内容 身長、体重、腹囲、BMI、視力、血圧、聴打診、尿検査(糖・蛋白・潜血)、胸部X線直接撮影(1方向)、聴力検査(会話法)
- 料金 5,467円(税込)

【定期健康診断Bコース】

- 内容 身長、体重、腹囲、BMI、視力、血圧、聴打診、尿検査(糖・蛋白・潜血)、胸部X線直接撮影(1方向)、聴力検査(1000Hz・4000Hz)、心電図、血色素量・赤血球数・白血球数・血小板数、AST(GOT)・ALT(GPT)・r-GTP、中性脂肪・LDLコレステロール・HDLコレステロール・血糖
- 料金 11,352円(税込)

【共通事項】

- ・上記以外の項目(オプション)を追加する場合は、追加料金が発生します。
- ・協会けんぽの健康診断は行っていません。
- ・完全予約制です。予約は、たむら市民病院 ☎82-1117へお電話ください。

～病院見学のご案内～



看護スタッフの病院見学・説明会への参加を随時受付しています。お気軽にお申し込みください。

問 たむら市民病院(看護師:鈴木) ☎82-1117

血液検査で胃がんのリスク判定

胃の健康度をチェックしましょう!

血液を採取し、ピロリ菌感染の有無と胃粘膜の萎縮度を調べ、将来胃がんになりやすいかどうかをリスク(危険度)別に判定する検査です。検査結果により、保険診療でリスク別に応じた精密検査や治療を行うことで、胃がんの予防・早期発見につながります。 ※胃がんを調べる検査ではありません。

●対象者

- 昭和18年4月1日生～平成15年3月31日生まれの方(年度内に20～79歳になる方)
- ※市の助成を受けられるのは、1回限りです。
- 以下の方は助成の対象になりません。
 - ・ピロリ菌検査を受けたことがある方
 - ・ピロリ菌の除菌をしたことがある方

- ・胃痛など明らかな自覚症状がある方
- ・現在、食道、胃、十二指腸の病気で治療中の方
- ・胃酸を抑える薬(プロトンポンプ阻害薬)を2カ月以内に服用した方
- ・胃を切除したことがある方(内視鏡的切除も含む)
- ・明らかな腎不全、または腎透析を受けている方
- ・市の助成を受けて検査したことがある方

●申込方法

検査を希望する方は、保健課へ電話でお申し込みください。受診券と市指定医療機関一覧を送付します。

●受診方法

市が指定する医療機関(田村地方)で市が発行する受診券をお持ちのうえ、受診してください。

●検査期間 6月1日～12月28日

●自己負担額 1,000円

問・用 保健福祉部 保健課 ☎81-2271

毎年6月は「食育月間」毎月19日は「食育の日」

心身ともに健康でいきいきと暮らすためには、子どもから大人まで、食生活に関心・興味をもって楽しく食べることが大切です。この機会に、ご家庭でも“食”への関心を高めましょう。

～家庭でできる食育～

家族、大切な人と食卓を囲む

コミュニケーションを取りながら楽しく食べられるだけでなく、食事のあいさつや箸の持ち方など正しいマナーを身につける良い機会になります。

1日3食、規則正しく食べる

まずは、早寝早起き朝ごはんを1日をスタート。1日3食、主食+主菜+副菜で栄養バランスを意識しましょう。

お手伝いをしてもらう

一緒に料理や食事の準備をすることで、食への関心を高めるきっかけになります。

■田村地方夜間診療所 ※受診前に必ずお電話ください。

船引町船引字源次郎(福祉の森公園地内) ☎81-2233
受付時間…19:00～21:30 ※土・日、祝日、お盆、年末年始は休診

7月の診療予定表				
月	火	水	木	金
6/27	6/28	6/29	6/30	1
船引クリニック	のざわ内科クリニック	青山医院	のざわ内科クリニック	白岩医院
4	5	6	7	8
まつえ整形外科	三春病院	遠藤医院	矢吹医院	雷クリニック
11	12	13	14	15
なごみファミリークリニック	かとうの内科クリニック	石川医院	さとう耳鼻咽喉科クリニック	島貫整形外科
18	19	20	21	22
休診	橋本医院	清水医院	東部台こどもクリニック	まつざき内科胃腸科クリニック
25	26	27	28	29
船引クリニック	秋元医院	青山医院	石塚医院	のざわ内科クリニック

※都合により担当医が変更になる場合があります。医師によって専門分野が違うため、その日の担当医が対応できるか受診前にお電話ください。

《急病時の問い合わせ先》

- 郡山市休日・夜間急病センター ☎024-934-5656
- 日曜休日夜間当番医案内 ☎024-933-4000



7月の休日当番医・薬局

- 3(日) まつざき内科胃腸科クリニック(大越町) ☎61-7030
- 10(日) せんざき医院(三春町) ☎61-2777
みはる調剤薬局(三春町) ☎61-1616
- 17(日) 都路診療所(都路町) ☎75-2003
- 18(月) 石塚医院(小野町) ☎72-2161
ヤナイ調剤薬局(小野町) ☎72-5912
- 24(日) 石川医院(三春町) ☎62-2630
- 31(日) のざわ内科クリニック(三春町) ☎61-1500
ルビー調剤薬局(三春町) ☎62-4848

診療時間…9:00～18:00

※医療機関によっては17:00まで

変更される場合があります。受診前に、医療機関に確認してください。福島医療情報ネットのホームページからも検索することができます。

