

●●● 5月の健康検査・がん検診(集団検診) ●●●

【受付時間】 7:30 ～ 9:30

地区	日	対象地区	会場
大越	19(火)	早稲川区	早稲川多目的交流センター
	20(水)	牧野区・栗出区(上)	牧野多目的交流センター
	21(木)	三洞区・栗出区(下)	おおごえふるさと館
	22(金)	白山区	
	24(日)	中部区	
	25(月)	上北部区・町郷区	大越農村婦人の家
	26(火)	東部区・西部区(下町)	
	27(水)	南部区・西部区(原洞)	
都路	28(木)	1・2区	岩井沢生活改善センター
	29(金)	3・4・5区	
	30(土)	8・9・10区	都路保健センター

※健康診査・がん検診は市内どの会場でも受診できます。

「令和2年度健康診査・がん検診・体操教室・心の健康相談年間予定」はホームページに掲載しています。

「ひきこもり」のことで、何かお困りごとはありませんか？

4月から相談窓口を設けました

ひきこもりは、誰にでも起こりえます。悩みや苦しみを抱え込む前に、「お悩み」や「気になっていること」など、どのようなことでも結構です。あなたのタイミングでお気軽に下記の相談窓口までお聞かせください。

「ひきこもり」相談窓口 連絡先

社会福祉課 ☎81-2273
保健課 ☎81-2271
高齢福祉課 ☎82-1115
こども未来課 ☎82-1000
田村市指定相談支援事業所 ☎68-3777

気になる相談の内容によって、窓口を選んでご利用ください。

●●●● 育児相談 ●●●●

すくすく教室(要予約)

- 日時 14日(木) 10:00～11:30
- 会場 船引保健センター
- 対象 就学前のお子さんについて言葉が遅い、落ち着きがないなどの相談がある方
- 内容 集団での親子あそび、医師、心理士による相談など
- 申込 初めて参加を希望する方は、事前に保健課に申し込みください。

子どもの発達相談会(要予約)

- 日時 25日(月) 13:30～16:30
- 会場 船引保健センター
- 対象 お子さんの「発音が心配」、「どもりがある」などの相談がある方(おおむね4歳から18歳までの方と保護者)
- 内容 言語聴覚士による一人40分程度の個別相談
- 申込 1週間前までに保健課に申し込みください。



●●● 5月の体操教室 ●●● ●●●● 5月のこころとからだの健康相談 ●●●●

- 内容 ストレッチ、転倒予防体操、筋力トレーニングなど
- 時間 午前10時～11時30分(午前9時40分に開場します)

日	会場
13(水)	滝根保健センター
20(水)	船引保健センター

こころの健康相談

(相談無料、秘密厳守)

- 日時 20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に申し込みください。
※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
(毎日) 10:00～22:00
「誰にもわかってもらえない」そんな孤独と絶望のなかで苦しんでいる方、ひとりで悩まないで、お話しください。

たむづ市民病院から

市民病院では、生活機能が低下している高齢者を対象に、リハビリテーション科スタッフを中心として、効果的に機能回復を図る介護予防の支援をしています。

高齢者のセルフケア能力を高める働きかけを行い、生き生きと自立した生活がおくれる状態づくりを目指します。

日常生活で生活機能が低下しているなど気づいたら、まずは病院へご相談ください。

○ステップ1

はじめに、利用者の既往歴や体の状態、運動活動の目標などを確認します。

確認した情報は、運動プログラムの編成などに活かされます。

○ステップ2

次に安静時の血圧や脈拍を測定し、トレーニングマシンを使いながら、簡単な腹筋・背筋機能の測定を行います。

個々にあった運動プログラムを作成し、必要に応じ栄養改善に関する項目を追加するなど、個別の実施計画の基礎を作成します。

【支援事業スケジュール(例)】

- ※内容は、利用者情報により異なります。
- ①血圧・脈拍の測定
- ↓
- ②聞こえ・補聴器についての話し(聞こえや飲み込みに関する言語聴覚士の講座)講座内容の例：きこえのしくみ、きこえのチェックをしてみよう
- ↓
- ③準備体操
- ↓
- ④機能訓練・トレーニングマシンでの運動
- ↓
- ⑤運動後の状態確認・次回内容のお知らせ
- ↓
- ⑥終了

看護スタッフ募集

市民病院では、看護スタッフを募集しています。
詳しくは看護部 鈴木 ☎82-1117 までお問い合わせください。

■田村地方夜間診療所

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

5月の診療予定表				
月	火	水	木	金
				1 西山医院
4	5	6	7 まつざき内科 胃腸科クリニック	8 三春病院
11	12	13	14	15
せんざき医院	石塚医院	矢吹医院	さとう耳鼻咽喉科 クリニック	島貫整形外科
18	19	20	21	22
船引クリニック	橋本医院	遠藤医院	のざわ内科 クリニック	まつえ整形外科
25	26	27	23	29
雷クリニック	かとうの内科 クリニック	春山医院	東部台こども クリニック	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

5月の休日当番医・薬局

- 3(日) 公立小野町地方総合病院(小野町) ☎72-3181
- 4(月・祝) たむら市民病院(船引町) ☎82-1117
共創未来船引薬局(船引町) ☎81-1522
- 5(火・祝) 三春病院(三春町) ☎62-3131
さくら調剤薬局(三春町) ☎61-2555
- 6(水・祝) 秋元医院(船引町) ☎82-1514
ふくだや薬局(船引町) ☎86-2013
- 10(日) さいとう医院(小野町) ☎72-2500
- 17(日) 遠藤医院(船引町) ☎85-2016
- 24(日) 矢吹医院(三春町) ☎62-3015
- 31(日) 大久保クリニック(船引町) ☎82-2555

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。

