

健康増進課(中央保健センター) ☎②7112

各庁舎市民福祉課 表郷 ☎③2114 大信 ☎④2114 東 ☎④2116

思春期の子どもたち

思春期は、自分を見つめる大切な時期です。

<思春期の心の特徴>

- 親から心理的に距離をとり始め、反抗的な態度も表れます。
- 非常に不安定で、孤独感や無力感に陥る場合があります。
- 理想と現実とのギャップに劣等感を感じ、イライラや心の問題が生じやすくなります。

<子どもと向き合うために>

- 家庭での話し合いを大切にし、子どもの話を良く聴き、気持ちを理解しましょう。
- 掃除など、子どもができることは子どもにさせて、

自立の準備をしましょう。

- 言葉や行動、表情などから子どもの発しているサインをしっかりと受け止めましょう。

【困ったときの相談窓口】

～思春期ホットライン～

体や性のこと、妊娠や出産のこと、友人・親子関係の悩みなどにお答えします。

- 対象 小学生～高校生、思春期のお子さんのいるご家族など
- 相談先 県南保健福祉事務所 ☎②0067（月～金曜日／午前9時～午後5時）／Eメール teens_kennan@pref.fukushima.jp

医師による講演会

平成25年度特定健診の結果、糖の項目や腎機能の項目で要医療・要指導の方、または糖尿病や慢性腎臓病の予防に関心のある方を対象に、医師による講演会を開催します。

<糖尿病予防講演会>

- 日時 8月20日(火)／午前10時から
- 講師 表郷クリニック 村松康成医師

<慢性腎臓病予防講演会>

- 日時 8月21日(水)／午後1時30分から
- 講師 白河病院 和久昌幸医師

=共通=

- 会場 中央保健センター（北中川原）
- 持参品 健診結果（お持ちの方のみ）、筆記用具
- 申し込み・問い合わせ先 健康増進課 ☎②7112

8月の健康相談会等のお知らせ

市では、成人の方を対象に「健康相談」を行っています。お気軽にご相談ください。

実施日	開始時間	白河地域会場
23日(金)	13:30～	中央保健センター
実施日	開始時間	表郷地域会場
19日(月)	9:30～	表郷保健センター
29日(木)	9:30～	高木集会所
実施日	開始時間	大信地域会場
7日(水)	9:30～	大信保健センター

なお、健康手帳をお持ちの方は、持参してください。

実施日	開始時間	東地域会場
8日(木)	10:00～	北町公民館
19日(月)	10:00～	蔭ノ原公民館
21日(水)	9:30～	東保健センター
22日(木)	10:00～	蕪内公民館
27日(火)	10:00～	坂本公民館
28日(水)	10:00～	大竹公民館
29日(木)	10:00～	刈敷坂公民館

急病患者のための制度です。 ▶ 診察時間 午前9時～午後5時

※ 8月13日(火)から16日(金)までの診療状況は、健康増進課 (☎②7112) にお問い合わせください。

小児科	病・医院名	住所	電話番号
4日(日)	岡崎小児科内科医院	結城	②37811
11日(日)	関医院	横町	②33003
18日(日)	樋口小児クリニック	矢吹町大久保	④2040
25日(日)	みうら小児クリニック	白坂	②81001

内科・外科	病・医院名	住所	電話番号
4日(日)	宇都宮クリニック	北真舟	③11570
11日(日)	大高内科胃腸科	道場小路	②41456
18日(日)	大高整形外科	昭和町	②39988
25日(日)	おおほりクリニック	矢吹町八幡町	④12311