

携帯電話用ホームページから「検診」などの情報がご覧いただけます。



## ■3月の母と子の保健事業

※参加する際は、母子健康手帳を忘れずに持参してください。

### ◆健康診査

●会場 中央保健センター（北中川原）

種類	対象	実施日	受付時間	持参品など
4か月児健康診査	平成24年10月21日～11月10日生まれ	6日(水)	12:30～13:20	問診票、子育てアンケート、替えおむつ、授乳準備、バスタオル
10か月児健康診査	平成24年3月11日～31日生まれ	5日(火)	12:30～13:20	問診票、バスタオル、ミニタオル、歯ブラシ、コップ ※フッ素塗布自己負担金500円
	平成24年4月1日～30日生まれ	12日(火)		
1歳6か月児健康診査	平成23年7月21日～8月10日生まれ	7日(木)	12:30～13:20	問診票、聞こえのアンケート、バスタオル、ミニタオル、歯ブラシ、コップ ※フッ素塗布自己負担金500円
3歳児健康診査	平成21年9月11日～30日生まれ	14日(木)	12:30～13:20	問診票、目と耳のアンケート、尿、ミニタオル、歯ブラシ、コップ ※フッ素塗布自己負担金500円

### ◆育児相談・保健センター開放

種類	対象	実施日	時間	会場	持参品など
赤ちゃん広場(予約制)	1歳未満の赤ちゃんと保護者(先着20人)※月1回の参加で、第1子限定となります。	4日(月) 11日(月)	10:00～11:30	中央保健センター(北中川原)	替えおむつ、授乳準備、バスタオル
子育て広場	乳幼児	6日(水) 27日(水)	9:45～11:30	表郷保健センター(表郷金山)	替えおむつ、授乳準備
すこやか育児相談日	乳幼児	12日(火)	10:00～11:30	大信保健センター(大信町屋)	替えおむつ、授乳準備
子育て広場(予約制)	乳幼児	8日(金)	10:00～11:30	東保健センター(東上野出島)	替えおむつ、授乳準備

## ■子どもの生活習慣病

今、子どもたちに生活習慣病や生活習慣病予備軍が増えています。6歳から15歳の小中学生では、この20年間に肥満児が3、4倍に増加しています。一方、ダイエット傾向の強い14、15歳の女子には、ダイエットによる貧血が増えています。

### 《子どもの生活習慣病を防ぐために》

正しい食生活を幼児の時から習慣付けることが大切です。何でも食べられるようにするため、和食、洋食、中華料理など、様々なものを作ってあげましょう。野菜嫌い、魚嫌いにならないよう気を付け、一日30食品食べることを目標にしましょう。そして、よく運動することが大切です。

(国民生活センター「くらしの豆知識99」より)

## ■3月の献血

実施日	実施事業所	住所	時間
1日(金)	(株)白河川島製作所	大信下新城	9:30～11:00
	社会福祉協議会大信支所	大信増見	11:15～13:00
	市役所東庁舎	東釜子	15:00～17:00
2日(土)	すぱーく表郷(表郷ふれあい春まつり)	表郷番沢	9:30～12:00
	ベイシア白河モール店	老久保	14:00～16:30
26日(火)	市役所本庁舎	八幡小路	10:00～12:00
	白河厚生総合病院	豊地	13:00～18:00
29日(金)	パナソニック(株)デバイス社白河工場	白坂	9:30～12:30
	味の素製菓(株)福島工場	白坂	13:30～15:00
	東北ポール(株)白河第二工場	新白河	15:30～17:00

## ■3月の救急当番医

歯科	歯科医院名	住所	電話番号
3日(日)	大栄歯科クリニック	中町	②2833
10日(日)	五十嵐歯科医院	本町	③3473
17日(日)	岩谷歯科医院	矢吹町中町	④4363
20日(祝)	海野歯科医院	西郷村米	⑤7474
24日(日)	かたの歯科医院	結城	②8833
31日(日)	河島歯科医院	天神町	③2739