

# 1月・2月 保健行事予定表

1/6～2/10

<7か月児・1歳6か月児・3歳児健診は個別に通知します。>

内容	日程	場所	受付時間
子育てサービス おやこっこたいむ(育児相談)	1/13(水)	枝川コミュニティセンター	9:30～10:30
	1/20(水)	天王コミュニティーセンター	
	1/27(水)	すこやかセンター伊野	
	2/3(水)	枝川コミュニティセンター	
	2/10(水)	天王コミュニティーセンター	
3歳児健診	1/7(木)	すこやかセンター伊野	13:00～14:15
7か月児健診	1/14(木)		
1歳6か月児健診	2/4(木)		
離乳食講習会	1/15(金)	すこやかセンター伊野	9:50集合



※離乳食講習会は事前に予約が必要です。ほけん福祉課(☎893-3811)までご予約ください。

献血	日程	場所	受付時間
	1/6(水)	サニーアクシスイの店	11:00～16:00

## 『ほねほね相談会』のご案内

今回は相談の一例をご紹介します。

Q) 骨粗しょう症ではどの部位の骨折が多い?

最も骨折しやすいのは…

①背骨

尻もちをついた時など

②太ももの付け根

転倒した時など

③手首や腕の付け根

転んで手をついた時など

◎注意

特に太ももの付け根の骨折は寝たきりの原因になりやすいので、転倒予防対策が重要です。

管理栄養士や保健師がお話を聞いて相談に応じています。今の骨の状態を知る一つの目安として、簡単な骨密度測定を行い、食事や運動についてのアドバイスをしていますので、お気軽にご参加ください。

※事前に予約ができます。  
※骨密度測定はかかとの部分で測る簡易な機器ですので、医療機関の機器とは異なります。“背が縮む、腰が痛い、背中が曲がってきた、圧迫骨折の既往がある”など症状がある方は、医療機関での詳しい検査をお勧めします。

日時 1月19日(火) (受付 9:30～11:00)

場所 すこやかセンター伊野

内容 栄養相談、保健相談、骨密度測定

予約・問い合わせ ほけん福祉課(すこやかセンター伊野内) ☎ 893-3811



### 休日当番医

1月				2月			
1(金)	関田病院	☎ 893-0047		7(日)	関田病院	☎ 893-0047	
2(土)	仁淀病院	☎ 893-1551		11(木)	仁淀病院	☎ 893-1551	
3(日)	森木病院	☎ 893-0014		14(日)	森木病院	☎ 893-0014	
10(日)	関田病院	☎ 893-0047		21(日)	さくら病院	☎ 893-5111	
11(月)	さくら病院	☎ 893-5111		28(日)	仁淀病院	☎ 893-1551	
17(日)	町田整形外科	☎ 891-6565					
24(日)	仁淀病院	☎ 893-1551					
31(日)	森木病院	☎ 893-0014					

※都合により当番医が変更となる場合があります。受診の前に電話でご確認ください。