

## 3月の健康カレンダー

### ■心もカラダもリフレッシュしましょう！「運動で自分磨きプログラム」

内容	期日と会場
昼下がりの美姿勢ヨガ	13・27日（月）午後2時30分～3時30分 蚕桑地区コミュニティセンター
金曜日の筋活レッスン	10・24日（金）午後2時30分～3時30分 鮎貝地区コミュニティセンター
週末の体幹リセット	17日（金）午後7時30分～8時30分 東根地区コミュニティセンター

参加費：無料 定員：各回20名

※初めて参加する方は、事前に健康推進係へ申込書の提出が必要です。

【問い合わせ】健康福祉課健康推進係 ☎86-0210

### ■令和5年度同日検診・人間ドックについて

町民の方が同日検診や人間ドックを受ける際、より多くの方に受けてもらえるよう町や国民健康保険で健診費用の一部助成を行っています。

#### ①各地区コミュニティセンター、健康福祉センターでの同日検診を希望する方

→令和4年度健康診査や各種がん検診を受けた方は、申し込みはいりません。

各地区の健診日に合わせて案内をお送りします。

※ただし、国民健康保険以外の方が健康診査のみを受けた場合は、毎年申し込みが必要です。

健康推進係まで（☎86-0210）ご連絡ください。

#### ②白鷹町立病院の人間ドックを希望する方

→申し込みが必要です。

令和5年度人間ドックの申し込み用紙を全戸配布しています。（町報2月号と同時）

ご希望の方は用紙に必要事項を記入の上、点線部分で切り取り、郵送するか健康福祉課に提出してください。

【問い合わせ】健康福祉課健康推進係 ☎86-0210

## 3月の窓口延長・相談日・開催日

### ●窓口業務時間延長（午後7時まで）

毎週月曜日（祝日の場合は翌開庁日）

### ●弁護士相談

日時：1日（水）午後2時10分～4時10分

場所：老人福祉センター「八乙女荘」

※相談日の前々日午後5時までにご予約ください。

問い合わせ：白鷹町社会福祉協議会 ☎86-0150

### ●婚活応援室

日時：毎週火曜日 午後1時30分～8時

会場：「K's space」（山口・喜多楼となり）

問い合わせ：健康福祉課子育て支援係 ☎86-0212

### ●農業委員会

総会開催日：24日（金）午後3時～

受付締切日：10日（金）

問い合わせ：農業委員会農地調整係 ☎85-6128

### ●山形県救急電話相談

小児救急（15歳未満）：

プッシュ回線・携帯電話#8000、ダイヤル回線・IP  
電話・PHS 023-633-0299

大人の救急（15歳以上）：

プッシュ回線・携帯電話#8500、ダイヤル回線・IP  
電話・PHS 023-633-0799

日時：毎日午後7時～翌朝8時

## ●母子健康手帳の交付

お母さんとお子さんの健康を守るために、妊婦さん全員に交付しています。随時交付しますが、保健師が留守の場合がありますので、事前に電話などでご連絡ください。

場 所：健康福祉センター

問い合わせ：子育て世代包括支援センター

(健康福祉課健康推進係内) ☎86-0210

## ●乳幼児健診

期日	健診	対象児
8日 (水)	3カ月児	令和4年11月生まれ
	9カ月児	令和4年5月生まれ
22日 (水)	1歳 6カ月児	令和3年6月16日～8月生まれ

会 場：子育て支援センターにこぼーと

※受付時間は個別にご案内します。

持ち物：母子健康手帳、バスタオル、問診票、交換用オムツ、その他お子さんに必要なもの

※対象の方には郵送でご案内します。

※問診票と母子健康手帳の「保護者の記録」を必ず記入しておいでください。

※お子さんや同伴される方が当日具合が悪かったり、1週間以内に人にうつる可能性のある病気にかかったりした時は事前に電話などでご連絡ください。

問い合わせ：子育て世代包括支援センター

(健康福祉課健康推進係内) ☎86-0210

## ●離乳食サロン (要予約)

ママたちで交流しながら、離乳食を学ぶサロンです。

期日	時間	対象
14日 (火)	1回目：午前9時30分～	離乳食を学びたい方
	2回目：午前10時30分～ ※各回30分です	

会 場：子育て支援センターにこぼーと

定 員：各回4名まで

内 容：離乳食のポイントについてのお話  
管理栄養士に相談できます。

申し込み：3月7日(火)

子育て支援センターにこぼーとまで

持ち物：母子健康手帳、筆記用具

保 育：希望される方はお申込みください。

問い合わせ：子育て世代包括支援センター

(健康福祉課健康推進係) ☎86-0210

子育て支援センターにこぼーと

☎87-0083

## ●すくすく発達相談会

子どもの発達育児に詳しい専門家(公認心理師)による、ことばや発達などの個別相談会を開催します。

期日	時間	対象
7日 (火)	午前9時～12時 (一人1時間程度)	幼児からおおむね12歳までの児童とその保護者

会 場：健康福祉センター

※ご希望の方は予約が必要になりますので、担当までご連絡ください。

問い合わせ：子育て世代包括支援センター

(健康福祉課健康推進係内) ☎86-0210

## ●子育て支援センター「にこぼーと」あそび広場

利用時間：午前9時30分～午後3時30分

休館日：毎週土曜日

[3月の予定]

期日	時間	イベント
2日(木)	午前9時45分～11時	赤ちゃん広場身体測定
3日(金)	午前9時30分～11時	ひなまつりお茶会
7日(火)	午前9時45分～11時	すこやか広場身体測定
10日(金)	午前11時15分～	誕生会(誕生児要予約)
15日(水)	午前10時30分～11時10分	おわかれ会

※新型コロナウイルス感染拡大等により、中止または延期になる場合があります。事前にお問い合わせのうえ、ご参加ください。

問い合わせ：子育て支援センター「にこぼーと」

☎87-0083



## 「歯が抜けた!?!」

ある日のおやつ時間

**年長A子：私ね、また歯が抜けたんだよ!**

**年長B子：私は、3本抜けた!**

**年長C子：私は、新しい歯が生えてきたよ!**

年長児同士の会話をじーっと聞いていた年少児のDちゃん。会話に入りたくて仕方ないようです。

**年少D子：D子のおじいちゃんもねー、歯はずれるんだよ**

あれ!?! どうやら、入れ歯のことだったようです…。

つぶやき  
ひがしね保育園