

## 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
姿勢すっきり！ピラティス	11日（月） 午後2時～3時 健康福祉センター
金曜日の筋活レッスン	15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
月イチの体幹リセット	11日（月） 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25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6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5年度健康診査や各種がん検診を受けた方は、申し込みは不要です。

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6年度人間ドックの申し込み用紙を全戸配布しています。（広報しらたか1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：6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：21日（木）午後3時～

受付締切日：7日（木）

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6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、事前に電話などご連絡ください。

※妊娠届出書に個人番号（マイナンバー）の記入と本人確認が必要になります。届出時は、下記の①、②いずれかをお持ちください。

①個人番号カード②個人番号通知カードと妊婦本人の確認ができるもの（運転免許証、パスポートなど）

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
6日 (水)	3カ月児 9カ月児	令和5年11月生まれ 令和5年5月生まれ
13日 (水)	1歳 6カ月児	令和4年7月～8月生まれ
27日 (水)	2歳児 歯科	令和3年6月～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

## ●離乳食クッキングサロン

ママたちで交流しながら、楽しく離乳食を学ぶサロンです。

期日	時間	対象
21日 (木)	午前10時～11時30分 (受付9時50分)	離乳食を学びたい方

会場：健康福祉センター

内容：離乳食のポイントについてのお話、調理実習  
(管理栄養士に相談できます。)

持ち物：母子健康手帳、筆記用具

保育：希望される方は申し込み時にご予約ください。

申し込み：3月14日(木)

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

## ●すくすく発達相談会

子どもの発達発育に詳しい専門家（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
5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
1日(金)	午前10時30分～11時30分	ひなまつりお茶会
6日(水)	午前9時45分～11時	身体測定①
8日(金)	午前9時45分～11時	身体測定②
13日(水)	午前10時30分～11時30分	たんぼぼの会
15日(金)	午前11時15分～	誕生会(誕生児要予約)
20日(水)	午前10時30分～12時	ゆずりっこ広場
26日(火)	午前10時30分～11時10分	おわかれ会(要予約)

問い合わせ：子育て支援センター「にこぼーと」  
☎87-0083



つぶやき  
発真こども園

## 子ども俳句「ゆきあそび」

久しぶりに雪が積もった日、待ちに待った雪遊びができると大喜びの子どもたち。一面真っ白になった園庭にでて、雪だるまやかまくら作り、雪合戦など、友だちと歓声をあげて、雪遊びを楽しんでいる姿がありました。そんな感動が俳句になりました。

「ころがしてだんだんふとるゆきだるま」  
「ゆきはこびできたかまくらねてみたよ」  
「ゆきがっせんうまくにげられあたらない」  
「にげたけどせなかにあたってゆきがっせん」