

健康だより

ヘルス・インフォメーション

救急医療当番医

診療時間 9:00~16:00

*受診前に必ず各医療機関に電話で確認してください。

▷ 6月3日(日) かねひらクリニック

TEL35-3167(旭町55-2)

▷ 6月17日(日) 増田病院

TEL35-2726(新町41)

消防署救急病院紹介電話

TEL34-4999

献血バス巡回日程

▷ 6月17日(日)

E L M 10:00~16:30

*日時は変更になることがあります。

青森県赤十字血液センターホームページをご確認ください。

問 青森県赤十字血液センター

TEL017-741-1512

エンゼルひろば

お母さん同士や保健師・栄養士と、子育ての楽しさやお子さんの成長に関する悩み、情報をシェアするひろばです。

身長計・体重計はご自由にお使いいただけますので、お子さんと一緒にお出でください。予約は不要です。

日時・場所

▷ 7月13日(金) 10:00~11:30

中央公民館3階第1研修室

*市浦会場開催日については、市浦地区在住の方を対象に、赤ちゃん訪問などの際に日程をお知らせし

ています。

持ち物…バスタオル(身長計・体重計をご利用の方)、母子健康手帳

問…健康推進課 内線2391

健康づくり相談室

血糖や血圧、コレステロールの事が気になる方、健診データの説明等について保健師、看護師、栄養士が個別に相談に応じます(1人30分程度)。

前日までに予約が必要です。その際に相談の内容をお知らせください。必要な方には血圧測定、肺年齢測定(肺チェッカー)、みそ汁の塩分測定を行います。

ご自身の健康づくりにお役立てください。

会場・日時

①保健センター五所川原

6月27日(水) 10:00~12:00

②金木公民館

6月22日(金) 10:00~12:00

持ち物…特定健診・健康診査を受診されている方は、健診結果をお持ちください。

問…健康推進課 内線2385

小児救急電話相談「#8000」の相談時間が拡大されました

お子さんが急病で、すぐ受診したらよいか、それとも家で様子を見ても大丈夫なのか不安な時、家庭での対処に迷った際は看護師や医師の助言を受けられますので、ご活用ください。

相談受付時間

▷平日 19:00~翌朝8:00

▷土曜 13:00~翌朝8:00

▷日曜・祝日 8:00~翌朝8:00(24時間)

*局番なしの「#8000」は携帯電話

話からもかけられます。

問…青森県健康福祉部医療薬務課
地域医療確保グループ

TEL017-734-9287

こころの相談

死にたいほど辛い方、眠れない日や憂鬱な気分が続く方、育児・家事等が辛いといった相談のある方、身近な人を自殺でなくされたご遺族の方などを対象としています。

日時…6月21日(水) 10:00~12:00

場所…市役所相談室

相談員…保健師

申込み…相談日前日までに電話でお申し込みください。

問…健康推進課 内線2386

元気はつらつ教室

仲間と一緒に脳トレや軽い運動を楽しみ、介護予防に取り組んでみませんか。地域の在宅介護支援センターの職員による介護に関する相談も行っていますので、お気軽にご利用ください。

日時・場所

五所川原地区

▷6月5日(火) 10:30~12:00

沖飯詰集会所

▷6月14日(水) 10:30~12:00

姥范集会所

▷6月28日(水) 9:30~11:00

コミュニティセンター三好

金木地区

▷6月12日(火) 10:00~11:00

大東ヶ丘コミュニティ消防センター

市浦地区

▷6月12日(火) 14:00~15:00

磯松集会所

問…地域包括支援センター

内線2463

おしこの悩み、お気軽にご相談ください。

かみむらクリニック 泌尿器科・内科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	●	●	●	◎	●	◎
午後 14:00~18:00	●	●	●	／	●	／

◎印の木曜日・土曜日は、午前9:00~午後13:00です。
日曜・祝日は、休診になります。

診療内容 泌尿器科の診療、排尿障害、尿失禁
尿路感染症、医療相談、がん検診

マクドナルド五所川原中央店向い

☎(0173)26-1052

