

健康だより

ヘルス・インフォメーション

救急医療当番医

*救急医療当番医事業は、日曜日・祝日および年末年始（12月29日～1月2日）に実施しています。平成30年度は、各月の第2日曜日、最終日曜日、平成31年1月1日(火)は実施しませんので、受診の際はご注意ください。

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。

▷ 4月1日(日) 白生会胃腸病院
TEL34-6111(中平井町142-1)

▷ 4月15日(日) 増田病院
TEL35-2726(新町41)

▷ 4月22日(日) 安斎レディスクリニック
TEL33-1103(一ツ谷536-18)

▷ 4月30日(月) 川崎胃腸科内科医院
TEL34-3330(敷島町56)

消防署救急病院紹介電話
TEL34-4999

献血バス巡回日程

▷ 4月15日(日) 10:00～16:30
E L M

▷ 4月25日(水) 10:00～12:00
金木総合支所

▷ 4月25日(水) 13:00～16:00
かなぎ病院

*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。

日程・場所

▷ 5月11日(金) 10:00～11:30

中央公民館3階第1研修室

*4月より、場所が保健センター五所川原から変更になりました。

▷ 5月25日(金) 10:00～11:30

金木公民館和室(小会議室)

*市浦会場開催日については、市浦地区在住の0～2歳のお子さん(平成27年5月以降に誕生したお子さん)がいるご家庭に日程をお知らせします(4月送付予定)。

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2367

カフェ de つえぎ

カフェ de つえぎは、気軽に認知症について知ることができる場所です(申込不要)。

日時 4月8日(日) 10:00～12:00

内容 認知症の人と家族の会会員によるミニ講座「介護経験を通して学んだこと」、家族同士のつどい等

場所 中央公民館2階

参加費 200円(お茶代)

*希望者のみ実費にて昼食会あり

問 公益社団法人認知症の人と家族の会 青森県支部五所川原地域世話人 山本 TEL0178-35-0930

協力 西北五地区認知症高齢者グループホーム協会

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 4月19日(木) 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2367

大好評の「ゆーゆー元気教室」が月2回に増えます

楽しい毎日は「こころと身体の健康」から。この教室は、椅子に座りながら行う運動教室です。運動が苦手な方でも大丈夫。楽しみながら無理せず運動習慣を身につけましょう。

対象 要介護認定を受けていない65歳以上の市民

日時 4月5日(木) 13:00～14:00

4月19日(木) 13:00～14:00

(受付は両日12:30～)

場所 生き生きセンター多目的ホール

内容 健康チェック(血圧測定)、椅子に座りながらの運動

講師 健康運動指導士

鬼武由美子氏

持ち物 動きやすい服装、汗拭きタオル、水分補給のための飲み物

参加費 無料

申込み 電話または窓口にてお申し込みください。

申込先 地域包括支援センター
TEL38-3939

受講生募集！豊富な講座で資格習得！

2017年度 当校受講の合格者 17名

宅地建物取引士 1名

1級土木施工管理技士 実地 2名

1級土木施工管理技士 学科 2名

1級建築施工管理技士 学科 2名

1級管工事施工管理技士 学科 2名

1級造園施工管理技士 学科 1名

2級建築施工管理技士 学科/実地 1名

2級建築施工管理技士 学科 1名

2級建築施工管理技士 実地 1名

給水装置工事主任技術者 1名

2級土木施工管理技士 実地 3名

祝合格

日建学院
認定校

コがる校/マルエーデンキ

日建学院 公認
スクール

コがる校/マルエーデンキ

Web配信授業システム
ニッケンアカデミー
e-school

お問い合わせ お申込みは…

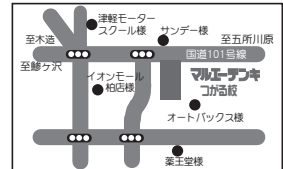
住所：〒038-3107 青森県つがる市柏極盛機世171

☎ 0173-26-6881

詳しくは担当：長谷川・今まで

開校時間 AM10:00～PM8:00

月に1回水曜日定休



◎ 広報有料広告

五所川原市を応援します!!