

●休日当番医・調剤薬局

月日	内科	外科	調剤薬局	歯科
11月 3日	加藤小児科内科医院 ☎0224-26-2653	大泉記念病院 ☎0224-22-2111	サンコウ調剤薬局 ☎0224-24-2523 宮調剤薬局 ☎0224-24-3113	よしだ歯科医院(柴田町) ☎0224-57-1918 ごとう歯科医院(白石市) ☎0224-24-2020
11月 5日	かんのリズムハート クリニック ☎0224-26-6330	公立刈田総合病院 ☎0224-25-2145	リズム調剤薬局白石蔵王店 ☎0224-26-6507	船岡中央わたなべ歯科(柴田町) ☎0224-51-8820 宍戸歯科医院(角田市) ☎0224-63-1670
11月12日	たかはし内科クリニック ☎0224-22-2535	公立刈田総合病院 ☎0224-25-2145	みどり薬局城北店 ☎0224-22-4966	和野歯科医院(柴田町) ☎0224-55-5126 富岡歯科医院(白石市) ☎0224-24-4362
11月19日	海上内科医院 ☎0224-25-1501	公立刈田総合病院 ☎0224-25-2145	フレンド薬局白石 ☎0224-24-2119	あいほら歯科医院(大河原町) ☎0224-53-8138 せきね歯科クリニック(角田市) ☎0224-63-3531
11月23日	水野内科クリニック ☎0224-25-2736	おおはし整形外科医院 ☎0224-22-2888	エルム調剤薬局白石店 ☎0224-25-1680 高木薬局 ☎0224-25-2320	安藤歯科医院(大河原町) ☎0224-53-2348 谷津歯科医院(白石市) ☎0224-26-3254
11月26日	梅津内科医院 ☎0224-24-3571	大泉記念病院 ☎0224-22-2111	フジ薬局白石店 ☎0224-24-3355 宮調剤薬局 ☎0224-24-3113	もり歯科クリニック(大河原町) ☎0224-52-1563 館山歯科クリニック(丸森町) ☎0224-73-4050
12月 3日	引地クリニック ☎0224-26-2823	公立刈田総合病院 ☎0224-25-2145	さんた薬局 ☎0224-26-3376	さくら歯科(大河原町) ☎0224-52-3900 村上歯科医院(蔵王町) ☎0224-33-4125

栄養満点！簡単レシピ

さといもともあえ

1人分あたり 162kcal / たんぱく質5.0g / 塩分1.1g



作り方は
こちらから



ヘルスマイト
白石が作る！

白石地区の皆さん

医療用ウィッグ (かつら) および人工乳房購入費の助成を行っています

がん治療と就労などの両立に支障があり、ウィッグおよび人工乳房を購入した方に費用の一部を助成します。申請がまだの方は、早めに申請をお願いします。購入を検討されている方は、お早めにご相談ください。

- 対象者 市内在住で、がんと診断され現在治療中または過去に治療を受けたことのある方、世帯市民税所得割課税年額が30万4,200円未満の方、過去に同様の助成を受けていないなどの条件あり。
- 助成金額 上限2万円 (ただし、令和5年4月1日以降に購入されたウィッグ)
- 申込期限 令和6年3月29日(金)

「胃がん検診」と「大腸がん検診」を実施します

まだ申し込んでいない方で受診を希望する方は、お問い合わせください。

- 実施期間 11月14日(火)～28日(火) (11月18日(土)・日曜日・祝日を除く)
- 場所 ホワイトキューブ
- 受付時間 7:30～10:00

(大腸がんのみ10:30まで)

※大腸がん検診は健康センターでも受け付けできます (平日8:30～12:00)。

「子宮頸がん検診【集団(バス)検診】」を11・12月に実施します

一括申込時に集団検診を希望した方には、11月中旬に受診票を郵送します。医療機関検診を都合により受けることができなかった方にも、新たに受診票を郵送します。

- 検診日 11月30日(木)～12月4日(月)、12月14日(木)・15日(金)(日曜日を除く)
- 場所 健康センター
- 受付時間 8:30～10:30
12:30～13:30

11月の
献血実施予定
(全血)

ヨークベニマル白石店
11月26日(日) 10:00～16:00

☎健康推進課 (健康センター1階) ☎ 22-1362

いっしょに遊ぼう！

事業	対象者	月日
①にこにこるーむ	2～7カ月児	11月21日(火)
②わくわくるーむ	8カ月～1歳2カ月児	11月22日(水)
③らんらんるーむ	1歳3カ月～1歳11カ月児	11月2日(木)
④さんさんるーむ	2歳～未就園児	11月1日(水)
⑤あいあいデー	2カ月～未就園児	11月9日(木)
絵本の読み聞かせ会	2カ月～未就園児(10組)	11月14日(火)
絵画造形教室	2歳～未就園児(8組)	11月15日(水)
あかちゃん3B体操	3～11カ月児(8組)	11月17日(金)
親子運動あそび	歩行のできる1歳～未就園児(8組)	11月29日(水)
第一児童館 にこちゃんルーム	1歳6カ月～2歳6カ月児(10組)	11月21日(火)
第二児童館 にこちゃんルーム	1歳6カ月～2歳6カ月児(10組)	11月14日(火)
ひこうせん おひさまひろば	発達に心配のあるお子さん	11月30日(木)

※全て予約制になります (電話、ホームページ、来館にて受付)。

ファミサポ	第2回ファミサポ講演会 「セルフコンディショニングでリフレッシュしませんか」	11月8日(水)
-------	--	----------



▲支援センター「らんらんるーむ」の様子



▲支援センター「あかちゃん3B体操」の様子



▲ファミサポ講演会「セルフコンディショニング」の様子

●母子健康手帳交付日 (場所:健康センター)

月日	受付時間	月日	受付時間	持ち物
11月1日(水)	9:00～11:00	11月21日(火)	13:30～15:30	妊娠届、個人番号の通知カードまたは個人番号カード、運転免許証等の身分証明書
12月5日(火)	9:00～11:00	12月26日(火)	13:30～15:30	

※交付日に来所できない方は、電話で予約の上、来所ください。

※母子健康手帳の交付に併せて、「出産応援給付金(5万円)」の申請も行うことができます。申請には、妊婦さんとの面談が必須となります。詳しくはホームページをご確認ください。

出産応援
給付金▶



集まれ！元気っ子！

9月26日の3歳6カ月児健診を受診した子どもたち



※お子さんの健診や予防接種に関する詳細は、健康推進課 (健康センター1階 ☎22-1362) までお問い合わせください。