



●休日当番医・調剤薬局

月日	医科	調剤薬局	歯科
8月4日	公立刈田総合病院 ☎0224-25-2145	仙台調剤白石店 ☎0224-22-5755	さとう歯科医院(柴田町) ☎0224-56-5112 かまた歯科医院(角田市) ☎0224-63-4181
8月11日	大泉記念病院 ☎0224-22-2111	宮調剤薬局 ☎0224-24-3113	玉野井歯科医院(柴田町) ☎0224-57-1711 ひかり歯科医院(白石市) ☎0224-22-2112
8月12日	たかはし内科クリニック ☎0224-22-2535	みどり薬局城北店 ☎0224-22-4966	フォルテファミリー歯科(大河原町) ☎0224-87-8101 太田歯科医院(角田市) ☎0224-62-2453
8月18日	海上内科医院 ☎0224-25-1501	フレンド薬局白石 ☎0224-24-2119	西村歯科医院(川崎町) ☎0224-84-4851 けんじ歯科クリニック(白石市) ☎0224-25-9933
8月25日	水野内科クリニック ☎0224-25-2736	エルム調剤薬局白石店 ☎0224-25-1680	はせ歯科医院(大河原町) ☎0224-52-1080 たてやま歯科クリニック(丸森町) ☎0224-73-4050
9月1日	梅津内科医院 ☎0224-24-3571	フジ薬局白石店 ☎0224-24-3355	歯科ヒライ(柴田町) ☎0224-55-4025 清原歯科医院(白石市) ☎0224-25-1030

栄養満点！簡単レシピ

あじのサルサマリネ

1人分当たり 255kcal / たんぱく質17.1g / 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

受け忘れていた予防接種はありませんか？ ～早めに接種を受けましょう～

市でお渡しした予診票・委託書を利用して無料で受けることができます。余裕を持って医療機関へ予約してください。

■無料で受けられる期間

- ロタリックス 生後6～24週
- ロタテック 生後6～32週
- B型肝炎・BCG 1歳未満
- 肺炎球菌 2カ月以上5歳未満
- MR (麻しん・風しん) 1期 1歳以上2歳未満
- // 2期 5歳以上小学校就学前
- 水痘 (水ぼうそう) 1歳以上3歳未満
- 5種混合 2カ月以上7歳6カ月未満
- 日本脳炎 (特例対象者以外) 1期 6カ月以上7歳6カ月未満
- // 2期 9歳以上13歳未満
- 2種混合 11歳以上13歳未満
- ヒトパピローマウイルス感染症 (定期接種) 小学6年生～高校1年生相当年齢の女性
- // (キャッチアップ接種) 平成9年度～平成19年度生まれの女性

献血のご協力ありがとうございました(6月)

- ・白石警察署 15人
- ・NECプラットフォームズ株式会社 22人
- ・セコム工業株式会社 21人
- ・株式会社エコー設備工業 24人

「子宮頸がん検診 (医療機関検診)」は 9月30日(月)までです

必ず病院へ予約の上、検診を受けてください。検診を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。

- 検診期間 9月30日(月)まで
- 実施医療機関 公立刈田総合病院、大泉記念病院

※「検診車検診」は、12月に健康センターで実施します。一括申し込みの際に検診車検診を希望された方には、11月中旬に受診票を送付します。

8月の 献血実施予定 (全血)	ヨークベニマル白石店 8月18日(日) 10:00～11:45 13:00～16:00
-----------------------	---

☎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	8月27日(火)
②わくわくるーむ	8カ月～1歳4カ月児	8月22日(木)
③らんらんるーむ	1歳5カ月～2歳児	8月29日(木)
④さんさんるーむ	2歳1カ月～未就園児	8月29日(木)
⑤あいあいデー	2カ月～未就園児	8月8日(木)
⑥りとるあいあい	8カ月～1歳11カ月児	8月2日(金)
⑦絵本の読み聞かせ会	2カ月～未就園児	8月6日(火)
⑧あかちゃん3B体操	3～11カ月児	8月30日(金)
ひろくせん	おひさまひろば 発達に心配のあるお子さん	8月22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)。

詳しくはこちらから



▲るーむ・育児講座



▲ひろくせん



参加者募集！

ファミサポ 第3回講習会 「子どもの身体の発達と安全」	8月28日(水)
-----------------------------	----------

※予約制になります (電話、来館にて受付)。



▲ファミサポ

ファミリー・サポート・センターの子育て援助活動

依頼会員 (子どもの預かりを希望する方) の外出やリフレッシュなど、ファミリー・サポートの一時預かりをぜひご利用ください。ふれあいプラザ内の「プレイルームやんちゃっこ」で提供会員 (子どもの預かりや送迎ができる方) がお子さんを預かる活動も行っています。また、依頼会員、提供会員を募集しています。気軽にお問い合わせください。



▲預かりの様子

母子健康手帳の交付日について

- 交付日 毎週火曜日 (祝日・年末年始を除く)
- 受付時間 10:00～11:00

※予約制になります。予約方法はホームページをご確認ください。

※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。

妊娠が分かったら▶

