

●休日当番医・調剤薬局

月日	医科	調剤薬局	歯科
10月6日	柿崎小児科 ☎0224-25-2210	しろいし薬局 ☎0224-26-6682	よしだ歯科医院(柴田町) ☎0224-57-1918 竹内歯科医院(角田市) ☎0224-62-0880
10月13日	加藤小児科内科医院 ☎0224-26-2653	サンコウ調剤薬局 ☎0224-24-2523	船岡中央わたなべ歯科(柴田町) ☎0224-51-8820 高橋歯科医院(白石市) ☎0224-26-3543
10月14日	かんのリズムハートクリニック ☎0224-26-6330	リズム調剤薬局白石蔵王店 ☎0224-26-6507	和野歯科医院(柴田町) ☎0224-55-5126 目黒歯科クリニック(丸森町) ☎0224-79-2818
10月20日	こまつ外科内科クリニック ☎0224-22-2115	けやき薬局白石店 ☎0224-26-1160	あいほら歯科医院(大河原町) ☎0224-53-8138 千木良デンタルクリニック(白石市) ☎0224-26-1131
10月27日	公立刈田総合病院 ☎0224-25-2145	みどり薬局刈田病院前店 ☎0224-24-2529	安藤歯科医院(大河原町) ☎0224-53-2348 谷津歯科医院(丸森町) ☎0224-72-1234
11月3日	大泉記念病院 ☎0224-22-2111	宮調剤薬局 ☎0224-24-3113	えんどう歯科医院(大河原町) ☎0224-53-2555 けんじ歯科クリニック(白石市) ☎0224-25-9933

栄養満点! 簡単レシピ

じゃこ焼きめし

1人分当たり 342kcal / たんぱく質9.5g / 塩分1.3g



ヘルスマイト
白石が作る!

作り方は
こちらから

白石地区の皆さん

「骨粗しょう症検診」を実施します

検診は指定された日時以外でも受診できます。受診票は10月上旬に発送します。

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。

●対象者 30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の女性

※年齢は令和7年4月1日現在の満年齢

●検診日 10月19日(土)・21日(月)

●検診場所 健康センター

10月は骨髄バンク推進月間です

白血病などで骨髄移植を希望する患者さんのため、骨髄バンクドナー登録にご協力ください。2ccの採血で登録ができます。登録は予約制となっています。

●登録できる方 18~54歳の健康な方で、体重が男性45kg以上、女性40kg以上の方

●登録受付 仙南保健福祉事務所

☎同事務所疾病対策班 ☎0224-53-3121

献血のご協力ありがとうございました(8月)

・ヨークベニマル白石店 50人

☎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にこにこ一む	2~7カ月児	10月15日(火)
②わくわく一む	8カ月~1歳4カ月児	10月7日(月)
③らんらん一む	1歳5カ月~2歳児	10月17日(木)
④さんさん一む	2歳1カ月~未就園児	10月17日(木)
⑤あいあいデー	2カ月~未就園児	10月10日(木)
⑥白川保育園で遊ぼう会	0歳~未就園児(8組)	10月1日(火)
⑦北保育園で遊ぼう会	0歳~未就園児(8組)	10月3日(木)
⑧第二幼稚園で遊ぼう会	2歳~未就園児(8組)	10月8日(火)
⑨大鷹沢保育園で遊ぼう会	0歳~未就園児(8組)	10月11日(金)
⑩りとりキッズ3B体操	1歳3カ月~未就園児(8組)	10月18日(金)
⑪ベビーあいあい	2~7カ月児(8組)	10月21日(月)
⑫絵画造形教室	2歳~未就園児(8組)	10月23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)	10月22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)	10月8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	10月24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



▲児童館



▲ひこうせん

☎地域子育て支援センター

☎22-6025

第一児童館 ☎25-7070

第一児童館 ☎25-3875

ひこうせん ☎25-2172



参加者募集!

ファミサポ	ファミサポ秋まつり (ゲーム、手作り、変身フォトなどのコーナー遊び)	10月31日(木)
-------	---------------------------------------	-----------

※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

☎25-5488

ファミリー・サポート・センターの子育て援助活動

ファミサポはお子さんを「預けたい方」と「預かりができる方」が会員となり、地域の中で子育てをサポートする相互援助活動です。

サポートを必要としている依頼会員とサポートができる提供会員を随時募集しています。



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▶

