

# 11月健康だより

KENKO DAYORI

問・申  
健康増進課(西館1階)  
☎37・6106

## 11月の健診や教室など

乳児健診対象者には個別に通知します

日	曜日	行事
1	月	㊦ 総合健診／8時30分～10時30分
2	火	㊦ 総合健診／8時30分～10時30分
4	木	㊤ 乳児健診(令和3年3月～5月生)／13時～14時 ㊦ 総合健診／8時30分～10時30分
5	金	㊦ 総合健診／8時30分～10時30分
6	土	㊦ 総合健診／8時30分～10時30分
8	月	㊦ 総合健診／8時30分～10時30分 (市役所西館1階) 食育展示 ～19日17時まで
9	火	㊦ 総合健診／8時30分～10時30分
10	水	㊦ 健康相談／9時30分～11時30分 ウォーキング教室 ※要予約(詳細は右の欄に掲載)
11	木	㊤ 健康相談／9時30分～11時30分
12	金	㊦ 健康相談／9時30分～11時30分
16	火	㊦ 乳児健診(令和3年3月～5月生)／13時～14時
17	水	㊦ 健康相談／9時30分～11時30分
18	木	㊤ たのしいヘルシー教室②／教室生
19	金	㊤ フッ化物塗布／13時15分～14時
22	月	㊤ 乳児健診(令和3年3月～5月生)／13時～14時
25	木	㊤ 健康相談／9時30分～11時30分
26	金	㊦ 健康相談／9時30分～11時30分

㊦ 桜楽館 ㊤ ゆめりあ ㊦ アイル ㊦ ひまわり

※新型コロナウイルス感染症のワクチン接種の影響により、会場を変更する場合があります。

## 🏠 休日在宅当番医 診療時間／9時～17時

11月	診療所名	電話番号	所在地
3日(水・祝)	おおしまクリニック	66・0314	牛津町
	にしかわ整形外科クリニック	73・8855	三日月町
7日(日)	村岡内科医院	66・3750	牛津町
	はやしだ耳鼻咽喉科	72・8741	三日月町
14日(日)	しまうちクリニック	66・6036	牛津町
	伊東医院	73・3235	小城町
21日(日)	坂田クリニック	72・1151	三日月町
	こば皮ふ科クリニック	37・0717	三日月町
23日(火・祝)	江口病院	73・3083	三日月町
	ひらまつ病院	72・2111	小城町
28日(日)	酒井内科クリニック	71・1377	小城町
	上坂耳鼻咽喉科医院	73・2930	小城町

※当番医が変更になる場合があります。受診する際は必ず医療機関に確認してください。

## 🙄 夜間・日曜・祝日に急な病気で心配なときは

- 子どもの急病の対処方法 小児救急医療 電話相談窓口 #8000 または ☎24・2200 (19時～翌朝8時)
- その他休日診療など 小城市の人でも利用できます



### 佐賀市休日夜間こども診療所

平日：20時～22時／土曜：17時～22時  
日曜・祝日：9時～13時・14時～22時  
☎24・1400 (佐賀市水ヶ江1丁目12番11号)

### 佐賀市休日歯科診療

日曜・祝日：9時30分～16時  
(受付は15時30分まで)  
☎24・1426 (佐賀市水ヶ江1丁目12番11号)

### 救急医療問い合わせ

佐賀広域消防局  
救急医療情報  
☎31・8899

## ウォーキング教室

おき<sup>あるく</sup>ARK宣言

11月は

芦刈町の「樹齢300年の大楠をたずねてコース」約6kmを歩きます

今月は、芦刈の大楠を目指して、ゆっくりと平坦な道を歩くコースです。

- 日時 11月10日(水) 9時集合(12時頃終了予定)
- 集合場所 芦刈保健福祉センター「ひまわり」駐車場(芦刈町三王崎1522番地)

### ○注意事項

- ・当日の朝、検温をしてから参加してください。
- ・発熱や風邪症状がある場合は、参加を控えてください。
- ・ウォーキング中はマスクを外して歩きますが、必ず持参してください。
- ・水筒などは各自持参し、歩きやすい服装でご参加ください。

- 申込期限 11月2日(火)

- 申込先 ゆめりあ ☎73・9280

※参加希望の人は必ず申し込みをしてください。

○当日雨の場合はウォーキングに替わり、ゆめりあで運動教室を実施します。

- 時間：9時～10時 ●場所：ゆめりあ

※雨で中止する場合は、申込者へ前日に電話で連絡します。

## おき健康マイレージに挑戦してみませんか？

- 対象者 市内在住で20歳以上の人(令和4年3月31日現在)

- 実施期間 ～令和4年3月31日(木)

※おき健康マイレージパンフレットは、教室や集団健診会場などで配布します。

- 内容 健康診断や健康づくりに関する取り組みなどでシールを3つ集めると → 500円相当の商品と交換シールを5つ集めると → 2,000円相当の豪華商品引換券と交換できます！

※詳しい内容については、健康増進課へお問い合わせください。