

ぼくたち わたしたち むし歯ありません!



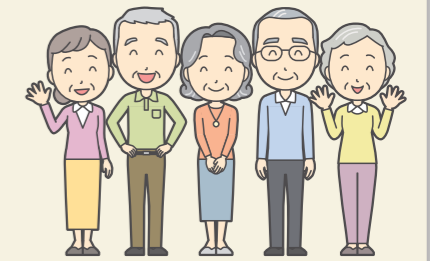
2月の3歳児健診で、むし歯のなかった子どもたちを紹介します。

 かまた はなちゃん (築館)	 きくち ゆうじ (築館)	 さいとう しょうや (築館)	 さとう かい (築館)	 すがわら ひろと (築館)
 たかはし いっさ (築館)	 たかはし みお (築館)	 ささき なつは (若柳)	 そね あずさ (若柳)	 ちば みなと (若柳)
 たかはし りんか (栗駒)	 かのわたる (一迫)	 おいかわ えみる (瀬峰)	 たかはし りり (鶯沢)	 たかはし れん (鶯沢)
 すがわら いちか (金成)	 さとう いぶき (志波姫)			

※了解を得た人のみ掲載しています。



自分自身のために、地域のために 地域デビューをして みませんか



社会参加が健康長寿のカギ

社会とのつながりや交流といった社会参加が少ないと、要介護状態や認知症などの発症リスクが高まります。

一方で、社会参加が多いほど介護などが不要で自立した生活ができる健康寿命の延伸につながることが、調査によって明らかになっています。

身近な社会参加の例として、週1回地域で集まって行う健康

体操があります。筋力が付くことで介護予防を目指せる他、安否確認や情報交換を行えるなど、さまざまな利点があります。

また、地域の活動の中で役割を持ち活躍することは、明るく健康な地域づくりにもつながります。

地域デビューをサポート

市内の介護予防や日常生活に役立つ情報をまとめた「栗原市生活お役立ちガイドブック」を、令

和5年度に作成しました。趣味や運動などの交流の場に興味がある人、知識や経験を生かして、地域に貢献したいと考えている人は、市民生活部介護福祉課や栗原市社会福祉協議会、最寄りの地域包括支援センターなどへ気軽に相談してください。

自分自身の健康のために、地域のために、のびのびと楽しみながら地域デビューをしてみませんか。

休日急患診療当番医・調剤薬局

市民生活部健康推進課 ☎(22)0370

診療時間は、午前9時から午後5時までです。受診する際は、あらかじめ、当番医に電話で症状を伝え、必ず健康保険被保険者証を持参してください。また、休日当番医は、変更になることがあります。最新の情報は、市ウェブサイトで確認してください。なお休日当番医の診療時間に、二次救急医療施設(栗原中央病院)を直接受診することは、控えましょう。

月日	医科	歯科	調剤薬局
4/7 (日)	栗原市立高清水診療所 [高清水] ☎(58)2020 たまがけ医院 [一迫] ☎(52)5115	—	すず薬局 高清水店 [高清水] ☎(58)2019 ひまわり薬局 [一迫] ☎(57)6035
14 (日)	高橋ハートクリニック [瀬峰] ☎(59)2005 栗原市立花山診療所 [花山] ☎(56)2013	—	せみね調剤薬局 [瀬峰] ☎(38)3178 栗原市立花山診療所(院内) [花山] ☎(56)2013
21 (日)	栗原市立若柳病院 [若柳] ☎(32)2335 栗原市立鶯沢診療所 [鶯沢] ☎(55)3511	—	若柳中央薬局 [若柳] ☎(32)7115 さくら薬局 鶯沢店 [鶯沢] ☎(55)2566
28 (日)	つきだてこどもクリニック [築館] ☎(24)8753 一迫内科クリニック [一迫] ☎(52)2122	—	アイベル薬局 築館店 [築館] ☎(24)8869 一迫内科クリニック(院内) [一迫] ☎(52)2122
29 (月) 昭和の日	佐藤外科医院 [築館] ☎(22)2661 氏家医院 [若柳] ☎(32)2328	近藤歯科医院 [築館] ☎(22)4182	東町調剤薬局 [築館] ☎(21)0012 氏家医院(院内) [若柳] ☎(32)2328