

☎本庁舎健康増進課(中央保健センター)☎⑦2112

各庁舎市民福祉課 表郷☎②2114 大信☎⑥2114 東☎④2116

■大切な命を守りましょう。3月は「自殺予防強化月間」です。

平成10年以降、自殺者は毎年3万人を超えています。気分がふさぐ、眠れないなど、心に不調があるときは、一人で悩まず、早めに心療内科や精神科などに相談しましょう。中央保健センターでは、専門医による「こころの健康相談」や保健師の相談を行っています（要予約）。

また、周りの人が本人の体調の変化に気づき対応することで、予防できることもあります。大切な命をみんなで守りましょう。

きづく➡周りの人の悩みに気づき、耳を傾けましょう

つなぐ➡早めに専門家に相談するよう促しましょう

まもる➡温かく寄り添いながら、優しく見守りましょう

■ポリオ予防接種日程表

- 対象 生後3か月以上7歳6か月未満のお子さん（標準的な接種時期は生後3か月から1歳6か月まで）
- 接種方法 生まれ月により、実施日を指定しますので日程表で確認して接種してください。また、生まれ月の実施日の指定がない方は、窓口ま

たは電話で事前に接種日を予約してください。なお、実施日時に接種できない方は、ご連絡ください。

- 接種会場 中央保健センター（北中川原）

- 持参品 母子健康手帳、予診票

実施日	時間	対象
4月6日(金)	午後1時	平成23年1月生まれ
	午後1時15分	平成23年2月生まれ
	午後1時30分	平成23年3月生まれ
4月9日(月)	午後1時	平成23年4月生まれ
	午後1時15分	平成23年5月生まれ
4月13日(金)	午後1時	平成23年6月生まれ
	午後1時15分	平成23年7月生まれ

実施日	時間	対象
4月16日(月)	午後1時	平成23年8月生まれ
	午後1時15分	平成23年9月生まれ
	午後1時30分	平成23年10月生まれ
4月17日(火)	午後1時	平成23年11月生まれ
	午後1時15分	平成23年12月生まれ
4月18日(水)	午後1時・1時15分 ・1時30分 (要予約)	平成22年12月以前に生まれ、2回接種が完了していない方
4月20日(金)		

■「平成24年度白河市母と子の健康づくり行事予定表」の配布

現在、平成20年10月以降に生まれたお子さんのいるご家庭（表郷・大信・東地域は全戸）に配布して

います。3歳児健康診査以外は、個別通知をしませんので、なくさないように保管してください。

■4月の健康相談会等のお知らせ

市では、成人の方を対象に「健康相談」を行っています。お気軽にご相談ください。

なお、健康手帳をお持ちの方は、持参してください。

実施日	開始時間	表郷地域会場
16日(月)	9:30~	表郷保健センター
17日(火)	9:30~	内松集会所
18日(水)	13:30~	犬神集落センター
24日(火)	9:30~	高木集会所

実施日	開始時間	白河地域会場
20日(金)	9:15~	中央保健センター

実施日	開始時間	大信地域会場
18日(水)	9:30~	大信保健センター

実施日	開始時間	東地域会場
18日(水)	9:30~	東公民館

急病者のための制度です。必ず「しらかわ救急情報センター」(☎③9909)へ電話で確認してからお出掛けください。▶診察時間 午前9時~午後5時

小児科	病・医院名	住所	電話番号
1日(日)	関 医 院	横 町	③3003
8日(日)	樋口小児クリニック	矢吹町大久保	④2040
15日(日)	みうら小児クリニック	白 坂	⑧1001
22日(日)	わたなべ子どもクリニック	老 久 保	①2166
29日(祝)	おかざきクリニック	新 白 河	③2551
30日(月)	岡崎小児科内科医院	結 城	③7811

内科・外科	病・医院名	住所	電話番号
1日(日)	ありがクリニック	北中川原	①1311
8日(日)	いがらし内科クリニック	老 久 保	②9111
15日(日)	宇都宮クリニック	北 真 舟	③1570
22日(日)	おおほりクリニック	矢吹町八幡町	④12311
29日(祝)	大高整形外科	昭 和 町	③9988
30日(月)	大高内科胃腸科	道場小路	④1456