

📅 今月の納期限

市税などの納付は、市指定金融機関およびゆうちょ銀行の口座振替（自動払込）を利用してください。納税などにお困りの人は相談ください。

保 育 料	1月26日
市 県 民 税	1月31日
国民健康保険税	
後期高齢者医療保険料	
介護保険料	
上・下水道料	

🚒 11月の事故災害状況

() は前年同月比	
交 通	件 数 18 件(+3)
	死 者 0 人(±0)
	負傷者 19 人(+3)
火 災	件 数 0 件(±0)
救 急	件 数 198 件(-5)

火災情報テレホンサービス
野々市市・白山市 ☎276-6000
金沢市 ☎0180-997890

💓 普通救命講習

日時 2月18日(日) 9:00～12:00
定員 30人
場所 白山野々市広域消防本部 (白山市)

📅 2月11日(日・祝)までに白山野々市広域消防本部 ☎276-9483

▶ いきいき長寿だより

元気な生活を応援します！介護予防教室

元気な生活を長く続けるためには、「運動」「口腔ケア」「栄養」「社会参加」の4つのポイントがあります。
これらのポイントについてみんなで楽しく学びませんか。
地域包括支援センターでは、サロンや老人クラブ、趣味のサークルなど65歳以上の人が集まる場所に無料で講師を派遣しています。

テーマ例

- ・熱中症対策
- ・フレイル予防
- ・おたっしや体操（ゴム体操）
- ・骨を強くする食事
- ・足の爪と転倒の関係
- ・遺言の基礎知識
- ・高齢者施設の選び方 など

希望者は、近くの地域包括支援センターまたは介護長寿課に問い合わせください。

📍 介護長寿課	☎227-6067
本町地区地域包括支援センター	☎246-8005
富奥地区地域包括支援センター	☎248-7676
郷押野地区地域包括支援センター	☎294-6547

YouTube 市民公開講座「認知症について」

石川県認知症疾患医療センター長北村立先生が認知症の経過や相談先などについて分かりやすく説明しています。



※すべて無料

「譲ります」

- ☆パソコンラック ☆座卓 ☆婚礼ダンス(1点) ☆ソファ
- ☆雪見障子 ☆布団 ☆ドレッシングケース
- ☆ひな人形 ☆礼服

「譲ってください」

- ☆市内小学校制服 ☆市内中学校制服 ☆自転車 (婦人用)
- ☆家庭用小型耕運機 ☆自転車 (大人用) ☆三味線 ☆毛糸

ご利用ください
リサイクル情報ダイヤル
☎227・6053
12月19日現在

▶ 休日在宅当番医・休日当番薬局 ※受診の際は、事前に電話で相談してください

診療時間 9:00～12:00
[医療機関・薬局によって診療時間などが変更している場合があります。各医療機関に事前に確認してください]
※内…内科、外…外科、小…小児科、薬…薬局

日	科	医療機関	所在地	電話番号	日	科	医療機関	所在地	電話番号
1月7日(日)	内	ふるさわ内科クリニック	押野二丁目 54	294-6655	1月21日(日)	内	押野医院	押野六丁目 160	246-1411
	内	新くりにつく	白山市宮保新町 130-1	276-8001		内	谷内科歯科クリニック	白山市新田町 86-2	274-3351
	内外	津山クリニック	白山市北安田町 1270	276-5501		外	かわきた整形外科醫院	押野二丁目 88	246-0108
	外	南ヶ丘病院	西部中央土地区画整理事業施行地区 56 街区 1 番	256-3366		外	みやた整形外科	白山市新田町 217-1	236-2572
	小	中村小児科医院	押野一丁目 128	294-3338		小	川北こどもクリニック	白山市山島台一丁目 1-1	274-7224
1月8日(月・祝)	薬	アイン薬局 松任店	白山市平松町 74-2	276-6913	1月28日(日)	薬	クスリのアオキ 御経塚あやめ薬局	御経塚三丁目 159	240-6686
	内	だいもん内科・腎透析クリニック	押野一丁目 400	294-0066		内	山本クリニック	新庄一丁目 273	246-1661
	内	井村内科・腎透析クリニック	白山市美川中町ル 40-1	278-6363		内	ちくだ医院	白山市倉光六丁目 35	275-6341
	内外	松葉外科胃腸科クリニック	白山市美川中町イ 16-72	278-6065		内外	矢ヶ崎外科医院	白山市徳丸町 597	275-5166
	外	ののいち白山醫院	太平寺四丁目 45	248-2151		外	小村整形外科	扇が丘 488	259-5656
1月14日(日)	小	むとう小児科医院	白山市宮永市町 65-2	275-7887	2月4日(日)	小	清水こどもクリニック	上林四丁目 509	227-0055
	薬	ののいちフラワー薬局	本町四丁目 8-5	256-2233		薬	野々市ファーマライズ薬局	白山市専福寺町 84-3	276-6638
	内	つじ川内科クリニック	位川 251	294-2221		内	酒井内科クリニック	三納三丁目 109-1	287-6363
	内	しおのやクリニック	白山市湊町レ 33-1	278-3355		内	てらしま内科クリニック	白山市中奥町 91-3	274-8666
	内	きりの里診療所	白山市河内町きりの里 63-1	272-8163		内	さなだクリニック	白山市鶴来古町ワ 7	272-1138
1月14日(日)	内外	嶋医院	白山市中町 32	275-3311	2月4日(日)	外	津山整形外科クリニック	中林一丁目 64 街区 1 番	259-5077
	外	船木医院	太平寺四丁目 71	248-6686		外	下崎整形外科医院	白山市専福寺町 158-3	274-5000
	小	つばきの郷こどもクリニック	徳用三丁目 330	294-3725		小	南ヶ丘病院	西部中央土地区画整理事業施行地区 56 街区 1 番	256-3366
	薬	なの花薬局美川店	白山市美川和波町カ 128-3	256-2859		薬	クスリのアオキ新庄薬局	新庄六丁目 451	248-8806

◎金沢広域急病センター(金沢市西念三丁目4-25 ☎222-0099)は年中無休(小児科・内科19:30～23:00)で受診できます
◎休日当番医は変更する場合があります。最新情報は、新聞や白山ののいち医師会または市ホームページで確認してください
◎休日夜間の救急指定病院の問い合わせについては、白山野々市広域消防本部 (☎276-1119) または野々市消防署 (☎248-9119) まで

▶ 健康カレンダー 📅 健康推進課(保健センター内) ☎248-3511 会場:保健センター

行 事 名	対 象	開 催 日	受付時間
4 か月児健康診査	R 5. 9 月後半生まれ	2 月 8 日(木)	対象者に送付するお知らせで日程・受付時間などを確認してください。
	R 5. 10 月前半生まれ	2 月 22 日(木)	
10 か月児相談	R 5. 4 月生まれ	2 月 9 日(金)、26 日(月)	
1 歳 6 か月児健康診査	R 4. 7 月生まれ	2 月 6 日(火)、20 日(火)	参加できる人のみ。対象者には個別で案内を送付しています。
3 歳 4 か月児健康診査	R 2. 10 月生まれ	2 月 13 日(火)、27 日(火)	
7 か月児オンライン離乳食講座	R 5. 7 月生まれ	2 月 16 日(金)	
オンライン相談	妊娠中から生後 1 歳頃までの保護者などを対象に実施します。市ホームページを見てください。		
プレパパママクラス	妊娠 5 ～ 8 か月の妊婦とその家族	2 月 7 日(火)9:30～11:00 ※ 2 月 2 日(金)までに要予約 ※ 詳しい参加条件は市ホームページを確認	
健康・栄養相談	市民	2 月 21 日(水)①13:30 ②14:00 ③14:30 ④15:00(15 分程度) ※ 2 日前までに要予約 (予約がない場合は受けられません)	