▶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
3月10日(日)	内	なかざわ腎泌尿器科クリニック	新庄六丁目 445	248-2488
	内	やまもと内科医院	白山市山島台三丁目 99	274-3588
	内外	嶋医院	白山市中町 32	275-3311
	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	ただなわ整形外科クリニック	白山市井口町に 80-1	272-1333
	小	川北こどもクリニック	白山市山島台一丁目 1-1	274-7224
	薬	吉野谷コメヤ薬局	白山市佐良口 130	255-5921
3月17日(日)	内	とみたクリニック	粟田三丁目 55	246-7070
	内	真田医院	白山市布市一丁目 131	275-2255
	内外	福留クリニック	白山市福留町 179-1	277-3133
	外	ののいち整形外科脊椎外科クリニック	白山町 5-21	256-2030
	小	清水こどもクリニック	上林四丁目 509	227-0055
	薬	野々市ラン薬局	中林土地区画整理事業施行地区内 64 街区 4 番 1	259-1790
3月20日（水・祝）	内	金沢消化器内科・内視鏡クリニック野々市中央院	白山町 438	259-0378
	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
	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	松任整形外科クリニック	白山市村井町 2	276-0005
	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	イオン薬局野々市南店	上林四丁目 747	246-3865
3月24日(日)	内	酒井内科クリニック	三納三丁目 109-1	287-6363
	内	石倉内科医院	白山市倉光七丁目 41	274-3800
	内	せいだクリニック	白山市道法寺町二 10	272-0381
	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
	外	ののいち白山醫院	太平寺四丁目 45	248-2151
	小	浅井小児科医院	本町五丁目 2-18	248-3311
	薬	クスリのアオキ横江薬局	白山市横江町土地区画整理事業施行地区内6街区11番	275-0150
3月31日(日)	内	つじ川内科クリニック	位川 251	294-2221
	内	岡村内科医院	白山市千代野東五丁目 5-4	276-8851
	外	舩木医院	太平寺四丁目 71	248-6686
	外	聖来美クリニック	白山市井関町115-1	278-7070
	小	斉藤小児科医院	白山市馬場二丁目 16	275-3110
	薬	蕪城堂薬局	白山市蕪城四丁目 7-2	275-3669

◎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

問　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	R5.11月後半生まれ	4月11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。
	R5.12月前半生まれ	4月25日(木)	
7か月児相談	R5．9月生まれ	4月10日(水)、24日(水)	
10か月児相談	R5．6月生まれ	4月5日(金)、19日(金)	
1歳6か月児健康診査	R4．9月生まれ	4月9日(火)、23日(火)	
3歳4か月児健康診査	R2.12月生まれ	4月16日(火)、26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	4月30日(火)9:30～11:00　※4月24日(水)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	4月22日(月)①9:30　②10:00　③10:30　④11:00（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）	

▶健康通信

問　健康推進課（保健センター内）　☎248－3511

『女性特有のがん』

■女性の健康週間

女性が自らの健康に目を向け、健康づくりを実践できるよう、厚生労働省では、毎年3月1日から8日までを「女性の健康週間」と定めています。

女性には男女共通の健康問題だけでなく、女性特有の健康問題（骨粗しょう症や女性ホルモンによる影響、子宮頸がんなど）も起こります。身体の変化や不調に気づき、病気の予防や早期発見をするには、日頃から健康に対する関心を持つ必要があります。

■子宮頸がん

子宮頸がんの多くは、HPV（ヒトパピローマウイルス）の感染が原因で発症します。HPVは一度でも性行為の経験があれば、誰でも感染する可能性があります。HPVに感染しても多くの場合ウイルスは自然に検出されなくなりますが、一部が年月をかけて子宮頸がんに至ることがあります。

■ワクチンと子宮頸がん検診

子宮頸がんの予防として、HPVに感染する前のワクチンの接種が勧められています。HPVには多くの型があり、ワクチンだけでは防ぐことのできない型もあるため、定期的に検診を受ける必要があります。

■乳がん

日本人女性が発症するがんの1位は乳がんです。

乳がんのリスク要因には、乳がんになった血縁者がいる、乳腺疾患にかかったことがある、初経年齢が低い、閉経年齢が高い、初産年齢が高い、出産経験がない、肥満（栄養過剰）が挙げられます。

■自己触診と乳がん検診

乳がんの主な症状は、乳房のしこりです。その他に乳房にえくぼができる、乳房の形が左右非対称になる、乳頭から分泌物が出るなどがあります。

毎月、月経終了の1週間後くらいに前述のような症状がないか乳房の自己触診を行いましょう。閉経後の人は毎月、日を決めて自己触診を行いましょう。もし、しこりなどの症状がある場合は早めに受診しましょう。

■検診の必要性

子宮頸がんや乳がんは、仕事や子育てなどに多忙な20～50代に多く発症します。子宮頸がんは初期にはほとんど症状がありません。20歳を過ぎたら2年に1回、子宮頸がん検診を受けましょう。40歳を過ぎたら2年に1回、乳がん検診も受けましょう。

また、検診だけでは診断を確定させることができません。がん検診の結果が「要精密検査」となった場合は、速やかに病院を受診しましょう。

ご利用ください リサイクル情報ダイヤル ☎227・6053

2月20日現在

『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☆ドレッサー☆ひな人形☆礼服☆ジュニアシート☆扇風機☆ホームベーカリー

『譲ってください』

☆市立保育園体操服☆市内小学校制服☆市内中学校制服☆自転車（婦人用）☆自転車（大人用）☆家庭用小型耕運機☆三味線☆毛糸☆ソファ

※すべて無料

利用方法はこちら

今月の納期限

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	3月27日
上・下水道料	3月31日
後期高齢者医療保険料	4月1日
介護保険料	

市税は令和6年能登半島地震の影響により、石川県と富山県に住所がある人について納期限を延長します。なお、口座振替は納税通知書に記載のとおり振替をします。

1月の事故災害状況

（　）は前年同月比

交通	件数	7件（－1）
	死者	0人（±0）
	負傷者	8人（－1）
火災	件数	1件（－2）
救急	件数	287件（＋41）

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　4月21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）

申　4月14日(日)までに白山野々市広域消防本部　☎276－9483