▶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
6月9日(日)	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	やなぎ内科クリニック	白山市専福寺町 161-1	277-6200
	外	舩木医院	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
	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	箔山堂専福寺薬局	白山市専福寺町 160-5	276-8722
6月16日(日)	内	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
	内	ばんどう内科・呼吸器クリニック	白山市布市一丁目 113	277-6211
	外	かわきた整形外科醫院	押野二丁目 88	246-0108
	外	聖来美クリニック	白山市井関町 115-1	278-7070
	小	清水こどもクリニック	上林四丁目 509	227-0055
	薬	布水あおば薬局	押野二丁目 90	259-5973
6月23日(日)	内	つじ川内科クリニック	位川 251	294-2221
	内	やまもと内科医院	白山市山島台三丁目 99	274-3588
	内	せいだクリニック	白山市道法寺町二 10	272-0381
	内外	矢ヶ崎外科医院	白山市徳丸町 597	275-5166
	外	小村整形外科	扇が丘 24-11	259-5656
	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	シメノドラッグ鶴来薬局	白山市月橋町 705-1	250-7010
6月30日(日)	内	吉光内科医院	西部中央土地区画整理事業施行地区 21 街区 1 番	248-7788
	内	しおのやクリニック	白山市湊町レ 33-1	278-3355
	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	津山整形外科クリニック	中林一丁目 64 街区 1 番	259-5077
	小	浅井小児科医院	本町五丁目 2-18	248-3311
	薬	クスリのアオキ扇が丘薬局	扇が丘 34 番 6 号	246-2273

◎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	R6.2月後半生まれ	7月4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。
	R6.3月前半生まれ	7月18日(木)	
7か月児相談	R5.12月生まれ	7月12日(金)、26日(金)	
10か月児相談	R5.9月生まれ	7月3日(水)、17日(水)	
1歳6か月児健康診査	R4.12月生まれ	7月2日(火)、16日(火)	
3歳4か月児健康診査	R3.3月生まれ	7月11日(木)、23日(火)	
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	7月31日(水)　9:30～11:00　※7月26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	7月19日(金)　①9:30　②10:15　③11:00 ※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

『歯周病予防は全身の健康のカギ』

【歯周病とは？】

歯周病とは、歯垢の中にいる歯周病菌が、歯ぐきや歯を支える骨に炎症を起こす病気の総称です。歯ぐきに炎症がとどまっているものを「歯肉炎」、歯を支える骨などにも炎症が広がった状態を「歯周炎」といいます。歯磨きが不十分だと、歯や歯ぐきの隙間で歯周病菌が繁殖し、気付かないうちに歯周病が進行してしまいます。

【歯周病が全身に与える影響】

歯周病が進行すると、歯周病菌や歯周病菌が生み出す毒性物質、炎症性物質が歯ぐきの血管から全身に運ばれるため、体全体にさまざまな悪影響を引き起こします。

動脈硬化・脳梗塞・認知症

歯周病菌は、血管に炎症を起こし、血管そのものを硬化させたり、血栓を形成するように働いて動脈硬化を進行させたりします。その結果、血管が詰まりやすくなり、脳梗塞や心筋梗塞、認知症を引き起こす可能性があります。

糖尿病

歯周病によって増える炎症性物質は、血糖値を下げるインスリンの働きを悪くさせます。このため、高血糖を引き起こす要因になり、糖尿病を発症・進行しやすくなります。

【妊婦と歯周病】

妊娠中は、つわりで歯磨きが難しくなることやホルモンバランスの変化により、歯周病が起こりやすい状態になります。妊娠中に歯周病が進行し、歯周病菌や炎症性物質が子宮に到達すると子宮が収縮する刺激を受けます。その結果、早産や低出生体重児の出産のリスクが高まることが分かっています。

市では妊婦歯科健康診査を行っています。安定期に入ったら早めに受診しましょう。

【歯周病を予防するために】

歯周病を予防するには、毎日のブラッシングによるセルフケアと、定期的な歯科医院の受診による専門的なケアの両方が重要です。

ブラッシングでは、特にかみ合わせ部分の溝や、歯と歯ぐきの間に歯垢がたまりやすいので、毎日丁寧に磨くことが大切です。

歯科医院では、むし歯の検査だけでなく、歯と歯ぐきの隙間の深さや、歯を支える骨の状態を調べることが可能です。

また、市のいきいき健診では、40歳、50歳、60歳、70歳の人を対象に歯周疾患検診を行っています。定期的に歯と口の状態を確認し、歯周病を予防しましょう。

ご利用ください リサイクル情報ダイヤル ☎227・6053

5月22日現在

『譲ります』

☆市内中学校女子冬服☆小中学生用セーター☆ランドセル☆パソコンラック☆座卓☆布団☆ドレッサー☆ひな人形☆礼服☆絵の具セット☆ピアノ☆介護用ビーズクッション☆ソファ☆ベビーカー☆ベビーベッド☆ベビーベッドにつけるオルゴール☆ベビー布団☆歩行器☆弁当箱☆バスケットシューズ

『譲ってください』

☆市内小学校制服☆市内中学校制服☆市内中学校女子夏服☆布水中学校長袖シャツ☆布水中学校男子上下制服☆自転車（婦人用）☆自転車（大人用）☆三味線☆くわ

※すべて無料

利用方法はこちら

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	6月27日
上・下水道料	6月30日
国民健康保険税	7月1日
後期高齢者医療保険料	
下水道受益者負担金	

4月の事故災害状況

（　）は前年同月比

交通	件数	15	件（＋5）
	死者	0	人（±0）
	負傷者	15	人（＋5）
火災	件数	2	件（＋1）
救急	件数	195	件（±0）

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　7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 7月14日(日)までに白山野々市広域消防本部　☎276－9483