



## 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	8月26日
上・下水道料	8月31日
固定資産税 都市計画税	9月2日
国民健康保険税	
後期高齢者医療保険料	
介護保険料	

## 6月の事故災害状況

( )は前年同月比	
件数	11件(-2)
死者	0人(±0)
負傷者	11人(-9)
件数	1件(-2)
件数	210件(-20)

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	9月8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)

④ 9月1日(日)までに白山野々市広域消防本部 276-9483

※すべて無料



利用方法は  
こちら

## ▶健康通信

健康推進課(保健センター内) ☎248-3511

### 『熱中症を防ぎましょう』

【熱中症とは?】  
熱中症とは、高温多湿な環境に長くいることで体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。熱中症は、屋外だけではなく室内でも発症し、場合によっては死ぬこともあります。

【症状と応急処置】  
熱中症の初期は、めまいや立ちくらみ、気分が悪い筋肉がつるなどの症状が現れます。症状が進むと、頭痛や吐き気倦怠感、判断力低下、集中力低下といった症状が現れます。熱中症が疑われる人を見かけたら、次〇衣服を緩め、体を冷やす。〇水分・塩分、スポーツドリンクなどを補給。

【予防のためにできること】  
室内では、扇風機やエアコンで温度を調節しましょう。また、遮光カーテンやすだれを利用しましょう。屋外では、日傘や帽子、日陰を利

【特に注意が必要な人】  
子どもは体温調節機能が十分に発達しておらず、体内に熱がこもりやすいため注意が必要です。また、熱中症患者のおよそ半数は65歳以上の高齢者です。高齢者は湿度や温度に対する感覚機能や、暑さに対する体の調整機能が低下するため注意が必要です。

【暑さを避ける】  
室内・屋外問わず、のどの渇きを感じていなくても、小まめに水分補給をしましょう。

【からだの蓄熱を避ける】  
吸湿性、速乾性のある通気性のよい衣服を着用し、保冷剤、氷、冷たいタオルなどを使用しましょう。

【小まめに水分補給する】  
室内・屋外問わず、のどの渇きを感じていなくても、小まめに水分補給をしましょう。

【ご利用ください】  
リサイクル情報ダイヤル  
2027・6053  
7月25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
8月11日 (日・祝)	内	押野医院	押野六丁目 160	246-1411	8月25日 (月・振休)	内	とみたクリニック	粟田三丁目 55	246-7070
	内	新くりにっく	白山市宮保新町 130-1	276-8001		内	なかでクリニック	白山市鹿島平 11-60	278-5511
	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	新村病院	白山市月橋町 722-12	273-0100
	小	清水こどもクリニック	上林四丁目 509	227-0055		外	聖来美クリニック	白山市井関町 115-1	278-7070
	薬	青い森薬局新庄店	新庄二丁目 15 番 2	246-2181		小	浅井小児科医院	本町五丁目 2-18	248-3311
	内	だいもん内科・腎透析クリニック	押野一丁目 400	294-0066		薬	クスリのアオキ堀内薬局	堀内四丁目 14	220-6196
8月12日 (月・振休)	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	ふるさわ内科クリニック	押野二丁目 54	294-6655
	外	津山クリニック	白山市北安田町 1270	276-5501		内	やなぎ内科クリニック	白山市専福寺町 161-1	277-6200
	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		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
	薬	コメヤ薬局	白山市鶴来本町二丁目ワ 43 番地	273-1155		小	かわい小児科医院	白山市安田町 5	275-0177
	内	山本クリニック	新庄一丁目 273	246-1661		薬	みなみ野々市薬局	御経塚一丁目 451	246-7701
8月18日 (日)	内	てらしま内科クリニック	白山市中奥町 91-3	274-8666					
	外	小村整形外科	扇が丘 488	259-5656					
	小	斎藤小児科医院	白山市馬場二丁目 16	275-3110					
	薬	御経塚らいふ薬局	御経塚一丁目 464	248-7711					

◎金沢広域急救センター(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、新聞や白山のいち医師会または市ホームページで確認してください。

◎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 6. 4月後半生まれ	9月5日(木)	
	R 6. 5月前半生まれ	9月19日(木)	
7か月児相談	R 6. 2月生まれ	9月12日(木)、27日(金)	
10か月児相談	R 5. 11月生まれ	9月4日(木)、18日(木)	
1歳6か月児健康診査	R 5. 2月生まれ	9月3日(火)、17日(火)	
3歳4か月児健康診査	R 3. 5月生まれ	9月10日(火)、25日(水)	
オンライン相談	妊娠中から生後1歳ごろ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。		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。
プレパパママクラス	妊娠5~8か月の妊婦とその家族	9月30日(月) 13:30~15:00 ※9月25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	9月11日(火) ①13:30 ②14:15 ③15:00 ※2日前までに要予約(予約がない場合は受けられません。)	