



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	3月27日
国 健 康 保 険 税	3月31日
後期高齢者医療保険料	
介 護 保 険 料	
上・下 水 道 料	

1月の事故災害状況

()は前年同月比	
件 数	7件(± 0)
死 者	0人(± 0)
負傷者	8人(± 0)
火災	件 数 0件(- 1)
救急	件 数 278件(+ 18)

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20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)

① 4月13日(日)までに
消防本部開催救命講習専用
ダイヤル ☎276-1210
または白山野々市広域消防
本部 ☎276-9483

※味物レン油シ富学水☆
すべて無線干しト☆
将棋盤☆
★譲ってください
★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

3月1日～8日は「女性の健康週間」

女性特有の健康課題として、女性には、ライフスタイルによってかかりやすい病気があります。その時期は、女性ホルモンの影響を大きく受けています。近年増えている「子宮頸がん」と「乳がん」について解説します。

子宮頸がんは、20代後半で発症が増えています。近年増えるのは、HPV(ヒトパピローマウイルス)の感染によるものが多く、HPVは、一度でも性行為の経験があれば誰でも感染の可能性があります。多くの場合、感染しても免疫によって排除されます。が残ると、年月をかけて子宮頸がんに至ることがあります。

子宮頸がん検診を受けましょう。HPVワクチンも予防に有效です。日本人女性がかかるがんの1位は乳がん。30代から増加しています。40代後半が発症のピークです。乳がんのリスク要因には、乳がんの家族歴がある、

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年齢が早い、初産年齢や閉経年齢が遅い、出産経験がない、肥満(閉経後)が挙げられます。

乳がんの早期発見のため、40歳を過ぎたら2年に1回乳がん検診を受けましょう。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。また、乳がんの早期発見のため、40歳を過ぎたら2年に1回乳がん検診を受けましょう。

日常生活での予防

日本人のがん全般の予防に有効とされている「禁煙」「飲酒」「食生活改善」「運動・活動」「適正体重の維持」の6つの要因を意識して、病気にならない生活を心掛けましょう。

【譲ってください】

ご利用ください
リサイクル情報ダイヤル
☎ 227-6053

2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。]

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	
3月 9日(日)	内	山本クリニック	新庄一丁目 273	246-1661	3月 23日(日)	内	はしまと内科クリニック	上林四丁目 651-1	227-3080	
	内	津田内科医院	白山市新成四丁目 230	276-5050		内	ちくだ医院	白山市倉光六丁目 35	275-6341	
	外	ののいち白山医院	太平寺四丁目 45	248-2151		外	みやた整形外科	白山市新田町 217-1	236-2572	
	小	川北こどもクリニック	白山市山島台一丁目 1-1	274-7224		小	浅井小児科医院	本町五丁目 2-18	248-3311	
	薬	連代薬局	白山市西柏一丁目 8-18	275-4258		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 4-1	259-1790	
3月 16日(日)	内	押野医院	押野六丁目 160	246-1411	3月 30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	せいだクリニック	白山市道法寺町二 10	272-0381		内	真田医院	白山市布市一丁目 131	275-2255	
	内	谷内科歯科クリニック	白山市新田町 86-2	274-3351		外	聖来美クリニック	白山市井関町 115-1	278-7070	
	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		小	斎藤小児科医院	白山市馬場二丁目 16	275-3110	
	小	清水こどもクリニック	上林四丁目 509	227-0055		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 20日(木・祝)	内	だいもん内科・腎透析クリニック	押野一丁目 400	294-0066	※内…内科、外…外科、小…小児科、薬…薬局					
	内	しおのやクリニック	白山市湊町レ 33-1	278-3355						
	内	長尾医院	白山市美川永代町 ソ 248	278-2156						
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	吉野谷コメヤ薬局	白山市佐良口 130	255-5921						

○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 6.11月後半生まれ	4月 10日(木)	
	R 6.12月前半生まれ	4月 17日(木)	
7か月児相談	R 6. 9月生まれ	4月 11日(金)、24日(木)	
10か月児相談	R 6. 6月生まれ	4月 16日(水)、30日(木)	
1歳6か月児健康診査	R 5. 9月生まれ	4月 8日(火)、25日(金)	
3歳4か月児健康診査	R 3.12月生まれ	4月 15日(火)、22日(火)	
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。		
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 28日(月)13:30～15:00 ※4月23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	
生活習慣病予防健康・栄養相談	市民	4月 23日(水)①9:30②10:15③11:00 ※2日前までに要予約	