果で 県と 性 \mathbb{H} 量 す る 原 が 0 ع 市 ń 多 比 飲 結 13 酒 男 較 は

●生活習慣病のリスクを高める量の 飲酒をしている者の割合



お

酒

は

勧 お

8

ないように

しましょう。

ほ

ど良

V3

お酒

は身体と心に潤

ます。

.酒は飲まない、

また大人も

脳や臓器への影響を受けやすくなり

分解に時間がかかるため発達

中

0

与えます。

適

切な飲み方を心

が

け

健康的な飲酒を楽しみましょう。

リスクを高める飲 特 女性1合以上) 定健診の 結果から、 をしている方は 酒 (男性2合以 が多い 生活習慣病

男性 12

6

%

、性2・6%でした。

未成年者は、

大人より

アルコー

ル

③未成年者はお酒を飲まな

恐れがあります。

蹱

!害や発達の遅れ

などを引き起こす

まな健康障害の原因 ◆田原市の男性は飲酒量 こなります。

依存症など、 さまざ

しょう。

近妊娠

授

乳中の

L

な 1)

授乳中

の飲酒は

胎児 飲酒は

や乳児の

脳

の

習慣病やアルコー ル

肝臓病などの生活

方で

設け、

不適切な飲酒は、 があります。 しかし、 その

係を円滑にしてくれるなどの お酒は楽しく健康的に お酒は、 さまざまな場面 で 人間関 メリ

ý

66

健康課

市役所内 ☎23局3515 あつみライフランド ☎33局0386

ゃ

肝障害に

n 症

(1))適量を守る 1 適 過度な飲 ルで 20 g

酒

は、

1

日平均純ア

ル

程度となっています。

量を少なく より 奨 入して 飲酒

ます。 まない 週2日は飲 することを また 日を

を休ま ように 肝 せ ぎ る 臓

■ 1日のお酒の適量(純アルコール20gで換算)



ビールだと500mlまで!焼酎(25度)だと0.6合まで!

女性は男性より短期間の飲酒で依存 なりやすいため、

インフォメーション

事業名	月日・受付時間	場所	対象者・内容など	
母子健康手帳交付	毎週月曜日(祝日を除く) 13:30~15:00	田原市役所あつみライフランド	妊娠届出書の発行を受けた方 妊娠中の生活、母子健康手帳の使い方 妊娠中の食生活などについて	
離乳食教室(前期)	12月 9日(水) 9:50~10:00	田原福祉センター	5~6カ月児とその保護者 ※予約制 離乳食講習と保育の話、歯の話など	
	12月16日(水) 9:50~10:00	あつみライフランド		
育児相談	12月11日(金) 9:30~10:30	田原福祉センター	身体計測、育児・母乳・栄養相談(乳幼児対象) ※母乳相談は生後6カ月まで(原則1回)	
	12月 7日(月) 9:00~10:30	あつみライフランド		

※母子健康手帳交付日に都合の悪い方は、随時受け付けます。(土・日・祝日を除く8:30 ~ 17:00) ※予約制のものは1週間前までにお申し込みください。乳幼児健診・予防接種については、個人に通知します。

休日当直医 ※当直医は変更になる場合がありますので、医療機関または市役所へご確認のうえ受診してください。 市役所●☎22局1111(代表)

● 				
月日	当直医	電話番号		
	藤岡医院	☎32局1515		
11月 3日(火·祝)	まち眼科	☎22局2710		
	山内歯科医院	☎23局1525		
118 00(0)	第2国見医院	☎23局2302		
11月 8日(日)	清栄歯科クリニック	☎33局0657		
11月15日(日)	岡田医院	☎37局0001		
119190(0)	青木歯科クリニック	☎33局1139		
11月22日(日)	富永医院	☎23局1316		
117220(0)	おおかわ歯科	☎22局4182		
11月23日(月·祝)	川瀬医院	☎35局1511		
11月23日(月・祝)	ふくしま歯科医院	☎37局1182		
	永井医院	☎22局0227		
11月29日(日)	山本耳鼻咽喉科	☎24局4100		
	かわい歯科	☎24局0080		

診療時間 医科●9:00~17:00/歯科●9:00~12:00

月日	当直医	電話番号
12月 6日(日)	ふれあいばし診療所	☎29局2500
128 00(0)	鈴木歯科医院	☎32局0239
12月13日(日)	北山クリニック	☎23局3946
12月13日(日)	木村歯科医院	☎22局0404
12月20日(日)	國見医院	☎22局0756
12月20日(日)	渡辺歯科医院	☎32局3561
12月23日(水・祝)	河合医院	☎22局6133
12月23日(小机)	藤井歯科医院	☎45局2123
12月27日(日)	かわせ小児科	☎22局1230
128270(0)	なかた歯科	☎23局1162
12月29日(火)	森下歯科医院	☎32局2700
12月30日(水)	仲谷歯科	☎23局2327
12月31日(木)	岡田医院	☎37局0001
12月31日(水)	伊藤歯科医院	☎22局1104

夜間や、かかりつけの医師が不在のとき 渥美病院●☆22局2131