

ヘルシーナ 健康応援ナビ

NAVI



健康課
市役所内
☎23-3515
あつみライフランド
☎33-0386

「歯の健康フェスティバル」 図画・ポスターコンクール 入賞作品

図画・ポスターコンクールに
105名の方から応募がありまし
た。どの作品も、歯の大切さが描か
れていました。

今回のコンクールでは、6月4日
(日)に開催された「歯の健康フェ
スティバル」の来場者の皆さんの投
票で、入賞作品が決定しました。(敬
称略)

【特選】 河合志乃 (泉中3年)



芳野隼透 (田原中部小4年)



【入選】

大羽心花 (田原南部小6年)、鈴木
孝太郎 (同6年)、渡邊ゆうら (同6
年)、楠名愛海 (福江中3年)、小川
耀平 (同2年)

【佳作】

畑林姫奈 (田原中部小6年)、河合
純礼 (同5年)、鈴木杜鷲 (同4年)
大場暖太 (田原南部小2年)、中神
彰仁 (同4年)、伊奈美咲 (同4年)、
稲垣愛瀬 (同6年)、長野柚羽 (同
6年)、久田明慧 (福江小3年)、宮
川花梨 (同3年)、横畑綾乃 (同3年)、
天野皓太 (福江中2年)

● 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上、受診してください。市役所 ●☎22-1111 (代表)

月 日	当直医	電話番号
8月 6日(日)	富永医院	☎23-1316
	かわさき整形外科クリニック	☎22-7700
	藤井歯科医院	☎45-2123
8月11日(金・祝)	川瀬医院	☎35-1511
	すずき歯科	☎23-0033
8月13日(日)	永井医院	☎22-0227
	なかた歯科	☎23-1162
8月20日(日)	ふれあいばし診療所	☎29-2500
	さんくろう歯科クリニック	☎33-1184
8月27日(日)	あつみメディカルクリニック	☎24-2322
	平野歯科医院	☎22-0214

診療時間 内科●9:00~17:00/歯科●9:00~12:00

夜間や、かかりつけの医師が不在のとき 渥美病院●☎22-2131

月 日	当直医	電話番号
9月 3日(日)	菜の花内科クリニック	☎22-7777
	まち眼科	☎22-2710
	田原南こころのクリニック	☎27-7100
	小原歯科	☎25-1139
9月10日(日)	河合医院	☎22-6133
	山本耳鼻咽喉科	☎24-4100
	岩瀬歯科医院	☎22-6677
9月17日(日)	かわせ小児科	☎22-1230
	きまた眼科	☎23-1092
	青木歯科クリニック	☎33-1139
9月18日(月・祝)	昭和医院	☎32-3749
	惣ト歯科医院	☎45-2066

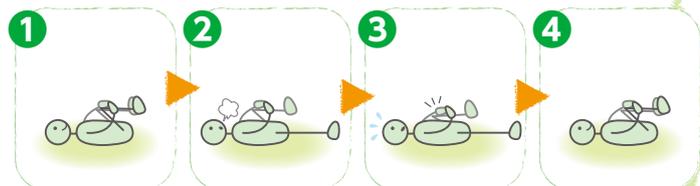
お手軽3分 フィットネス⑩9

お手軽3分フィットネス集
の中から紹介します!

ストレッチで腰痛予防!

腰やお尻、股関節のストレッチで身体をほぐすこと
により、腰回りの疲労を取りましょう。

スポーツ課☎23-3531



- 1 仰向けになって両ひざを抱える。
- 2 息を吐きながら右足をゆっくり床に伸ばしていく。
- 3 抱えた左足を胸のほうに引き寄せ深い呼吸を数回行う。
- 4 伸ばした右足を曲げて1の姿勢に戻る。

※左も同様に行い、1~4を3~5回繰り返す。