

# INFORMATION -おしらせ-

## 献血にご協力をお願いします

次のイベント時に献血を行います。  
**【市民緑花まつり】**5月4日(土・祝)  
**【農業祭】**5月19日(日)  
**時間:**午前9時30分～正午  
 午後1時30分～3時  
**会場:**サンテパークたはら

## 令和6年度版 田原市健幸カレンダーの訂正

3月に配布した令和6年度版田原市健幸カレンダーの裏表紙「医療機関一覧表(医科)」に変更がありました。  
 変更前:杉の森皮ふ科クリニック  
 変更後:すぎの森クリニック

(所在地・電話番号・診療科目には変更ありません)



## 骨髄提供者(ドナー)などに助成金を交付します

国内では、毎年2,000人の方が骨髄・末梢血幹細胞移植を必要としています。  
 市ではドナーや、ドナーが勤務する事業所に助成金を交付しています。  
**対象:**①ドナー:骨髄などの提供日に市内に住所を有し骨髄などの提供をした方  
 ②事業所:①のドナーが勤務している国内の事業所  
**助成金額:**①ドナー:通院・入院などに要した日数で1日当たり2万円(上限7日) ②事業所:通院・入院などに要した日数で1日当たり1万円(上限7日)  
 ※詳細は市HPをご覧ください。



▲市HP

## 妊産婦歯科健診を受けましょう

妊娠中から産後にかけて口の中を健康に保つことで、自身の健康だけでなく、生まれてくる赤ちゃんへのむし歯菌の感染を防ぎ、お子さんの健康を守ることもつながります。

健診の受診票は母子健康手帳交付時にお渡ししています。

**対象:**妊娠期から産後1年未満の内で1回

**場所:**市内歯科医院

**内容:**歯と歯肉などの口の中の健康チェック、健診の結果に基づく健康アドバイス

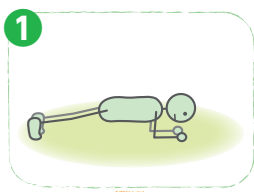
**料金:**無料(その他の検査や治療をした部分は自己負担となります)



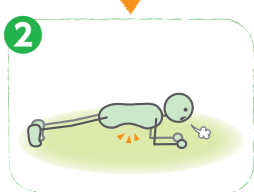
# お手軽フィットネス

## 簡単ポーズで体幹トレーニング!

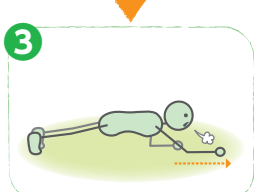
お腹やお尻に力を入れて、身体をまっすぐに保つように頑張ってみましょう。ちょっときついポーズですが、毎日少しでも続けて行うことにより、お腹まわりがスッキリしてきます。



① ひじとつま先で身体を支える。



② お腹をへこますように意識をしてしっかり息を吐く。



③ 右手を前に伸ばし、数回深い呼吸を続ける。

④ ①のポーズに戻す。

※ 左も同様に行う。頑張れたら数回繰り返してみよう

スポーツ課 ☎23-3531

## ● 休日当直医

※ 当直医は変更になる場合があります。最新情報は、市HPをご覧ください。市役所へ確認の上、受診してください。  
 ▶ 市役所 ☎22-1111(代表)  
 また、各当直医へ電話で受診方法を確認し受診してください。

月 日	当直医	電話番号
4月7日(日)	富永医院	☎23-1316
	なかた歯科	☎23-1162
4月14日(日)	田原市赤羽根診療所	☎45-3505
	伊藤歯科医院	☎22-1104
4月21日(日)	菜の花内科クリニック	☎22-7777
	鈴木歯科医院	☎32-0239
4月28日(日)	あつみメディカルクリニック	☎24-2322
	赤石歯科クリニック	☎23-7300
4月29日(月・祝)	永井医院	☎22-0227
	としま歯科	☎27-7707
5月3日(金・祝)	ふれあいばい診療所	☎29-2500
	かわいい歯科	☎24-0080
5月4日(土・祝)	みやきファミリークリニック	☎23-0232
	田原歯科クリニック	☎23-1626
5月5日(日・祝)	藤岡医院	☎32-1515
	さんくろう歯科クリニック	☎33-1184
5月6日(月・振)	第2国見医院	☎23-2302
	あおきファミリー歯科	☎32-2700
5月12日(日)	河合医院	☎22-6133
	藤井歯科医院	☎45-2123

診療時間 医科 ●9:00～17:00 / 歯科 ●9:00～12:00  
 診療時間以外 渥美病院 ●☎22-2131 にお問い合わせの上、受診してください