

保 健
便 り

HealthInformation



石山 輝 さん



(親)戸田 知亜紀さん (子)来斗さん

「よい歯のコンクール」

平成 24年度栃木県よい歯のコンクール で下野市からは次の方が表彰されました。虫歯が全くないお子さんやその家族が対象です。

■三歳児よい歯のコンクール
最優秀賞
石山 輝 さん

■親と子のよい歯のコンクール
優良賞
(親)戸田 知亜紀 さん
(子) 来斗 さん

よい歯のコンクールは毎年行われております。平成25年度のよい歯のコンクールは平成 24年度に3歳児健診を受けた虫歯が無いお子さんやその家族が対象となります。詳細は後日広報やホームページなどでお知らせします。ぜひご応募ください。

問い合わせ先

健康増進課 ☎(52) 11116

「献血にご協力ください」

日時 12月26日(水)
午前9時30分～正午
会場 南河内庁舎駐車場
(今回は全血献血のみの実施となります)

献血方法別の献血基準

	成分献血		全血献血	
	血漿成分献血	血小板成分献血	200mL献血	400mL献血
1回献血量	600mL以下	400mL以下	200mL	400mL
年齢	18歳～69歳	男性:18～69歳 女性:18～54歳	16歳～69歳	男性:17～69歳 女性:18～69歳
体重	男性45kg以上・女性40kg以上		男女とも50kg以上	

※65歳から69歳の方は、60歳から64歳までの間に献血経験のある方に限られます。
健康増進課 ☎(52) 11116

「11月の健康相談」開催のお知らせ

ストレス社会と言われる現代社会では、「こころの健康」が大きな社会問題としてクローズアップされています。

「眠れない、食欲が落ちた、体や頭が重い」など、誰にも相談できずにつらい思いをしている方はいませんか？悩みを抱え込んでしまっている「本人」ご家族の方はいませんか？

市では、精神科医が対応する「こころの健康相談」を実施します。ぜひ、ご利用ください。

■相談日(月1回開催予定)

12月25日(火)
1月22日(火)

午後2時～4時(月1回開催予定)

■場所

保健福祉センターきらら館

■相談員 精神科医

■料金 無料です

※予約制となりますので、事前にご連絡をお願いします。

■申し込み・問い合わせ先

社会福祉課 ☎(52) 11112