

伊達市の  
保健師は

# いつでもあなたに寄り添います! Health Report

～笑顔で子育てができ、元気な市民が増えることを願って～

## 1月の休日当番医

[診療時間：9時～17時]

※当番医が変更になる場合や、当番日に診療していない科もありますので、事前に問い合わせの上受診してください。

当番日	休日当番医
1日(日)	北福島医療センター (内科・外科ほか) 伊達市箱崎字東 23-1 ☎ 551-0551
2日(月)	梁川病院 (総合診療科) 梁川町字東土橋 8 ☎ 577-2155
3日(火)	さとう整形外科内科クリニック (整形外科・内科) 保原町字東野崎 70-1 ☎ 572-7606
8日(日)	小野寺整形外科医院 (整形外科・リハビリテーション科) 保原町上保原字寺前 2-7 ☎ 575-2001
9日(月)	神岡クリニック (内科・外科・整形外科ほか) 霊山町掛田字中町 11-1 ☎ 586-1318
15日(日)	かしの木内科クリニック (内科・循環器内科・消化器内科) 伊達市岡前 20-6 ☎ 551-1411
22日(日)	なかのクリニック (内科・外科ほか) 保原町字城ノ内 20-1 ☎ 575-2246
29日(日)	ながえクリニック (内科・外科・循環器内科ほか) 保原町中村町 30-1 ☎ 575-1118

### 夜間急病診療所 (福島市)

福島市森合町 10-1 ☎ 525-7672  
診療科/内科・外科・小児科  
診療時間/19時～翌朝 8時  
(小児科は 23時)  
受付/18時 30分～翌朝 7時 30分

### 福島県子ども救急電話相談

夜間の子どもの急な病気・けがの相談に、医師や看護師が応じます。  
相談時間：19時～翌朝 8時 (年中無休)  
☎ 521-3790 (短縮ダイヤル # 8000)

### ■ばくばく栄養相談会

離乳食のことなどご相談ください。  
【日時】 1月10日(日) 10時～11時 受付  
【場所】 保原保健センター  
健康推進課地域母子係 ☎ 576-3510  
■伊達ふれあいセンター KIDS広場  
毎週(日) 9時～16時、毎週(土) 9時～12時  
ただし、祝日、年末年始はお休みです。

## 保健センターで、寄り添います



### 保原保健センター

プライバシーが守られるよう相談室や相談スペースがあります。お気軽にご利用ください。

【住所】保原町大泉字大地内 100  
健康推進課  
地域母子係 ☎ 576-3510  
地域成人係 ☎ 576-3736



素朴なギモン  
「保健師は何をしている人？」

伊達市は健康都市を推進しています。健康は市民一人一人の日々の取り組みにより維持できるものですが、私たち保健師は健康づくりの専門家として、住民の皆さんのさらなる健康増進を支援しています。



健康推進課  
保健師 畠香苗

健康推進課  
保健師 渡邊陽子

## 保健センターで行っていること

### 妊娠届の受理

母子手帳を交付します。交付の際には、保健師が「元気な赤ちゃんを産む」ために必要なことを伝えたり、妊娠期の不安などの相談に応じたりします。



健康推進課  
保健師 橘内祐子

### 乳幼児健康診査

内科健診・歯科健診を行い、結果に基づいて保健師だけでなく医師や栄養士、歯科衛生士が相談に応じます。場所や日程、対象のお子さんについては、毎月の市政だよりお知らせ版をご覧ください。

### 健康のことで不安なことがあれば何でもご相談を!

お母さんの相談だけでなく、皆さんの相談を随時受け付けています。健診シール発行の際や、予防接種の予診票再発行の際など、保健センターに立ち寄ったときにぜひ声をかけてください。地区担当の保健師が対応します。

「気軽に来所、どこでも訪問、身近に保健師」



私たちのモットーは  
「ていねいに」「わかりやすく」  
「親身になって」

健康について気になることは何でも  
ご相談ください。

受ける  
出向く

## あなたの地域で、寄り添います

平成 27 年度から保健師の地区担当制を導入!

各地区の住民に寄り添い、赤ちゃんからお年寄りまで保健指導や相談を行います。

### 各地区ごとの担当保健師数

- 【伊達地区】2人
- 【梁川地区】3人
- 【保原地区】4人
- 【霊山・月館地区】3人

他にも高齢福祉課に2人、健康都市づくり課に4人が配属され、専門的な見地から住民をサポートしています。

あなたの地域やお宅に  
うかがいます!



健康推進課  
保健師 茅富紀子

## あなたのお宅へ 保健師がうかがいます

### 赤ちゃん訪問

生後2カ月を目安に赤ちゃんの体重測定を行い、お母さんの様子をうかがいます。

### 成人訪問

健診後のデータから訪問指導を実施しています。特に、血圧対策に力を入れ、生活習慣の見直しなどについてアドバイスします。

## あなたの地域へ、保健師がうかがいます



### 健康相談会

各地区で相談会を実施しています。保健師や栄養士が皆さんの健診結果に基づき個別にアドバイスします。相談は保健センターでも随時受け付けています。



### 出前講座

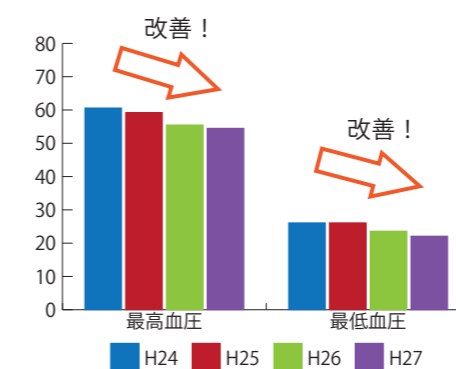
地域からの依頼で、保健師や栄養士など専門の講師が地域で講話します。「健診結果からみえる健康のなぞ」、「生き生き脳トレ」など多数のメニューがあります。



### お茶のみ会

放射能不安の解消のため、元気アップ復興隊(臨床心理士、運動指導士、保健師)が「おしゃべり会」などの内容を盛り込み、開催しています。

## 継続的な血圧対策で効果がありました



平成 24 ～ 27 年度 血圧における伊達市有所見者割合 (特定健診結果による)



こんな経験ありませんか?  
「健診を受けたけれど、結果の見方が分からない…」

そんなときは…

健康相談会へお越しください!

健診結果がご自宅に送付されたときに、健康相談会の案内が同封されています。見方がわからない際には、ぜひ相談会にお越しください。



健康相談会や出前講座のお申し込みは、健康推進課地域成人係へ!

健康推進課  
保健師 村田桂