いっしょに　遊ぼう！

		事　業	対象者	月　日
地域子育て支援センター	るーむ・あいあいデー	①にこにこるーむ	2～7カ月児	3月17日(火)
		②わくわくるーむ	8カ月～1歳4カ月児	3月16日(月)
		③らんらんるーむ	1歳5カ月～2歳児	3月18日(水)
		④さんさんるーむ	2歳1カ月～未就園児	3月18日(水)
		⑤あいあいデー	2カ月～未就園児	3月12日(木)
	育児講座	⑥ママヨガ教室	2カ月～未就園児（10組）	3月　4日(水)
		⑦ベビーあいあい	2カ月～7カ月児（10組）	3月　9日(月)
第一児童館		にこちゃんルーム	0歳～2歳児程度（10組）	3月17日(火)
第二児童館		にこちゃんルーム	0歳～2歳児程度（10組）	3月10日(火)
ひこうせん		おひさまひろば	発達に心配のあるお子さん	3月13日(金)

※全て予約制になります（電話、ホームページ、来館にて受付）。

詳しくはこちらから

▲地域子育て支援センター　▲児童館

▲ひこうせん

問地域子育て支援センター　☎22-6025
第一児童館　☎25-7070
第二児童館　☎25-3875
ひこうせん　☎25-2172

母子健康手帳の交付日について

●**交 付 日**　毎週火曜日（祝日・年末年始を除く）
●**受付時間**　9:30～10:30
※予約制になります。予約方法はホームページをご確認ください。
※母子健康手帳の交付に併せて、「妊婦支援給付認定」の申請も行うことができます。
問健康推進課　☎22-1362

妊娠が分かったら▶

集まれ！元気っ子！

1月20日の3歳6カ月児健診を受診した子どもたち

※お子さんの健診や予防接種に関する詳細は、健康推進課（☎22-1362）までお問い合わせください。

健康ひろば

●休日当番医・調剤薬局

月　日	医　　科	調剤薬局	歯　　科	
3月　1日	梅津内科病院 ☎0224-24-3571	フジ薬局白石店 ☎0224-24-3355	さくら歯科(大河原町)	☎0224-52-3900
			高橋歯科医院(白石市)	☎0224-26-3543
3月　8日	引地クリニック ☎0224-26-2823	さんた薬局 ☎0224-26-3376	山家歯科クリニック(川崎町)	☎0224-84-2266
			氏家歯科医院(角田市)	☎0224-63-3525
3月15日	塚本内科消化器科 ☎0224-26-1026	えんめい薬局 ☎0224-25-4411	よしだ歯科医院(柴田町)	☎0224-57-1918
			千木良デンタルクリニック(白石市)	☎0224-26-1131
3月20日	えんどうクリニック ☎0224-26-3888	うさぎ薬局 ☎0224-26-3557	船岡中央わたなべ歯科(柴田町)	☎0224-51-8820
			大久保歯科医院(角田市)	☎0224-62-4084
3月22日	佐藤医院 ☎0224-32-2002	ヨツメヤ薬局鳥井先店 ☎0224-32-3360 蔵王ヘルスマート薬局 ☎0224-32-4550	和野歯科医院(柴田町)	☎0224-55-5126
			富岡歯科医院(白石市)	☎0224-24-4362
3月29日	内方医院 ☎0224-32-2101	にしうら薬局 ☎0224-32-3020	前田歯科医院(村田町)	☎0224-83-6480
			かまた歯科医院(角田市)	☎0224-63-4181

栄養満点！簡単レシピ

えびと卵の蒸し寿司

ヘルスメイト白石が作る！

1人分当たり　400kcal／たんぱく質 17.4g／塩分 1.3g

白石地区の皆さん

作り方はこちらから▶▶▶

令和8年度健康診断と各種検診の申込書出し忘れていませんか？

提出がまだの方は、「市の検診を受ける」「市の検診を受けない」にかかわらず、必要事項を記入の上、返信用封筒で郵送または健康推進課窓口に提出してください。

「申込書が届いていない」「申込書が見当たらない」という方は、お問い合わせください。

3月の献血実施予定（全血）	ヨークベニマル白石店 ※日程については、宮城県赤十字血液センターホームページを確認してください。

令和7年度医療用ウィッグなどの購入費助成申請はお早めに

がん治療に伴う脱毛や乳房の切除により、本年度中にウィッグや乳房補正具を購入した方に費用の一部を助成します。

本年度の申請締め切りは3月31日(火)までです。申請がまだの方は、早めに申請をお願いします。

●**対象者**　市内に在住で、がんと診断され現在治療中または過去に治療を受けたことのある方
※世帯市民税所得割課税年額が30万4,200円未満の方、過去に同様の助成を受けていないなどの条件あり。
●**助成金額**　上限2万円（ただし、令和7年4月1日以降に購入されたウィッグや乳房補正具）

健康推進課ホームページ

献血のご協力ありがとうございました(1月)

・宮城県立白石高等技術専門校　9人
・白石市役所　24人

問健康推進課　☎22-1362