

# 健康だより

## 保健センターからのお知らせ

問い合わせ先 TEL:26-7201(直通) E-mail: hokensenta@town.sakahogi.gifu.jp

### 6月は食育月間 <<毎月19日は食育の日>>

#### 朝食の野菜が不足しています

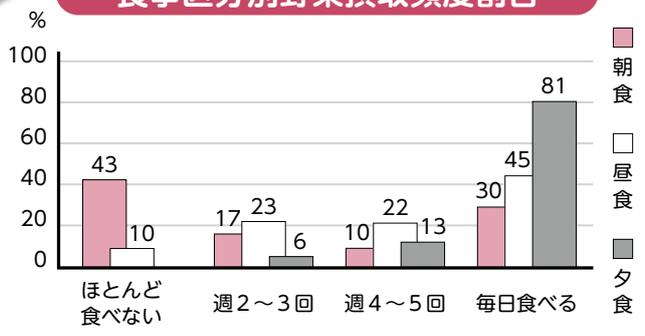
町内の幼稚園・保育園の保護者を対象に調査した結果、朝食に野菜を「ほとんど食べない」と回答した人が43%でした。

週2~3回を合わせると6割が野菜不足といえます。

岐阜県の調査でも、食べているけれど量が少ないなど、各年代同様の結果が出ています。



#### 食事区分別野菜摂取頻度割合



6月は中央公民館の図書室も食育仕様です。  
のぞいてみましょう!!

### こころの健康相談のお知らせ

ご自身やご家族のこころの健康について悩んでいませんか。精神保健福祉士または精神科専門医師によるこころの健康相談を行っていますので、気軽にご相談ください。

○相談は予約制ですので、必ず事前に電話でお申し込みください。

- 【日時】 2019年 6月28日(金) 午後1時00分~  
2019年10月30日(水) 午後1時30分~  
2020年 3月10日(火) 午後1時30分~

【場所・予約先】 保健センター

#### こんなことはありませんか

気分が落ち込んで毎日つらい...  
最近元気がない...  
言動が変だ、おかしいぞ?  
物忘れがひどくなったみたい...



### 2019年5・6月休日診療のお知らせ(医科・歯科)

救急・急病以外は通常の診療時間内に医療機関を受診くださるようご協力をお願いします。

※電話でご確認のうえ、お出かけください。都合により変更する場合があります。

【医科】 ○診療時間：午前9時~午後5時 (受付時間は午後4時半まで)

【歯科】 ○診療受付時間：午前9時~午後1時

日にち	医科	歯科	日にち	医科	歯科
5月19日 (日)	野尻整形外科 ☎25-3500	まるも歯科医院 ☎25-8148	6月16日 (日)	木沢記念病院(当直医) ☎25-2181	からん歯科・矯正歯科&キッズ ☎48-8810
5月26日 (日)	太田メディカルクリニック ☎26-2220	やまて歯科 ☎28-7010	6月23日 (日)	太田メディカルクリニック ☎26-2220	長江歯科医院 ☎26-1952
6月2日 (日)	佐藤クリニック ☎43-1200	高木歯科医院 ☎25-2464	6月30日 (日)	かわべ眼科 ☎53-4567	中島歯科医院 ☎26-0390
6月9日 (日)	田原医院 ☎53-5588	田口歯科医院 ☎27-5161			