



乳児・幼児健康診査を受けましょう

乳児・幼児健康診査は、子どもの成長や発達を確認することができる大切な健康診査です。日程などを掲載している「子どもの健康ガイド」を参考に、ぜひ受診しましょう。



市ホームページ



村木詩歩保健師
(健康づくり課)

無料で受けることができます

乳児・幼児健康診査は4カ月、9カ月、1歳6カ月、2歳6カ月、3歳6カ月の時期に行われ、全て無料で受けることができます。子どもの健康状態を確認でき、病気の早期発見ができる良い機会です。診査時には、育児・栄養・歯科・心理相談を行っており、保健師や管理栄養士、歯科衛生士、臨床心理士などに子育ての疑問や悩みを相談することができるほか、乳児健康診査(4カ月と9カ月)では医師による講話も行われます。

安心して受診していただくために(感染症対策)

- 健診・診察時間を分けてご案内します。
(待ち合いは、密集を避けるため待合室を用意するほか、駐車場の車内での待機もできます)
 - マスク・アルコール手指消毒薬を配置しています。
 - 共用物品の消毒やこまめな換気を行っています。
- ※風邪の症状や体調不良の人、この時期の健診に不安のある人は、後日の健診日程をご案内しますので、必ずご連絡ください。



診療所の診療日を変更(5月1日から)

吹屋・平川・宇治診療所の診療日を5月1日(金)から次のとおり変更します。詳しくは成羽病院へお問い合わせください。

診療日 吹屋診療所：第1・3・5木曜日

平川診療所：毎週水曜日

宇治診療所：第2・4木曜日

診療時間 午後2時～4時(変更なし)

※祝休日および年末年始は休診します

腎機能検査について(検査室から)

近年、糖尿病や高血圧、高尿酸血症などの生活習慣病の影響で腎臓病の患者が増加しています。腎臓は、体内の老廃物を尿と一緒に体外に排出して、血液をろ過(血液浄化)しています。腎臓の働きが低下すると不要な老廃物が排出されず、体のあらゆるところに影響を及ぼします。

腎機能を確認するために、尿素窒素やクレアチニンなどによる検査があります。尿素窒素はタンパク質が分解されたあとにできる老廃物で、腎臓からろ過されて尿中に排泄されます。クレアチニンは筋肉中の物質からできる老廃物で、これも腎臓からろ過されたあと尿中に排泄されます。

腎臓病を放置すると腎不全になり、透析療法や腎移植が必要となってしまう。腎機能を確認するためにも、定期健診や人間ドックなどを積極的に活用しましょう。また、食事管理や減塩、家庭での血圧管理、適度な運動による肥満解消、禁煙などの生活習慣の是正、生活習慣病の治療などを行うことで、生活習慣や健康状態を見直しましょう。

熱中時間 ①①

高梁ジュニアバレーボールクラブ スポーツ少年団

「高梁ファイト!」。子どもたちの元気な声が体育館に響き渡ります。

高梁ジュニアバレーボールクラブスポーツ少年団は、令和元年に発足30周年を迎えました。「仲間を信じ、1つのボールをひたすら追いかける」をモットーに、先輩方の思いを受け継ぎながら、熱心にバレーボールに取り組んでいます。厳しい練習をしたり涙を流したりする場面もありますが、子どもたちは日々成長を続けています。

同クラブでは一緒に活動する団員を募集しています。一緒にバレーボールをしませんか。皆さんの見学や入団をお待ちしています。

練習日 週3回(月曜日/水曜日または木曜日/土曜日)

時間 平日：午後6時30分

土曜日：午後6時

場所 高梁小学校体育館、高梁市民体育館

※週1日からの参加も可能です。

☎大龍佳子さん ☎(22)2307

広報たかはしでは、市内で活動する文化・スポーツなどの団体やグループを紹介しています。広報紙上でアピールしたい団体・グループの代表者は秘書広報課までご連絡ください。

☎秘書広報課 ☎(21)0210



備北地区指導協杯で優勝!



シーガルスバレーボール教室

キラキラきらめく ②4

加藤 皓太さん

かとう こうた 25歳 玉川町玉

巨瀬町で生まれ育ち、1年半ほど前に結婚。現在は妻と生まれたばかりの娘と3人で暮らす皓太さん。仕事を終えて家族が待つ自宅へ帰るのが楽しい「イクメン」候補です。

職業は父と同じ大工。18歳で修業を始め、4月で8年目を迎えました。仕事について尋ねると、「体力的にきついときもあるけれど、楽しくやれています」と話します。

将来の目標は、「家族仲良く、楽しく暮らしていきたい」と答えたあと、真面目な表情で「子どもが大きくなる頃までに家を建てたいと思っています」。そして、「もちろん一から自分で造りますよ」と笑顔を見せました。