

今月の納期限

市税などの納付は、市指定金融機関およびゆうちょ銀行の口座振替（自動払込）を利用して下さい。納税などにお困りの人は相談ください。

保育料	9月27日
上・下水道料	9月30日
市・県民税	10月2日
国民健康保険税	
後期高齢者医療保険料	
介護保険料	

7月の事故災害状況

() は前年同月比

交通	件数	14件(+6)
	死者	0人(±0)
火災	件数	0件(-1)
	救急	件数245件(+37)

火災情報テレホンサービス
野々市市・白山市 ☎276-6000
金沢市 ☎0180-997890

普通救命講習

日時 10月15日(日) 9:00~12:00
定員 30人
場所 白山野々市広域消防本部(白山市)
☎ 10月8日(日)までに白山野々市広域消防本部 ☎276-9483

※すべて無料



利用方法は
こちら

『譲ります』
☆市立保育園体操服☆市内小学校制服☆市内中学校制服☆男性用礼装☆雪かき用スコップ☆自転車☆家庭用小型耕運機

健康通信

健康推進課(保健センター内) ☎248-3511

胃の健康について考えよう



胃のはたらき
胃は、口から食道を通って入ってきた食べ物をいったん蓄え、消化しながら小腸へ送り出す消化器官です。胃の表面にはヒタヒタのような粘膜(胃粘膜)がきれいに並び、そこから胃酸が分泌されて消化を助けます。胃酸は強い酸性なので、自分の胃を守るために胃粘膜は粘液で覆われています。正常な胃とは、この胃酸と粘液のバランスがとれている状態です。

胃の病気に
胃の病気で最も多いのが「胃炎」です。胃炎の原因は、前述した生活習慣によるものや薬剤、ストレス、ヘリコバクター・ピロリ菌などさまざまあります。自覚症状が出ないことも

胃の不調と生活習慣
胃もたれや胃痛などの胃の不調は、主に胃粘膜や胃の動きの異常により引き起こされます。間食を頻繁にしたり、油っこいものを食べたりすると、胃に食べ物が停滞する時間が長くなり、胃の中が胃酸にさらされ続けることとなります。また、夜間は日中比べて胃の活動が低下します。そのため夜に多量に食べると、胃の活動が低下した中で消化を行わなければならず、胃に負担がかかります。胃の中が胃酸に長くさらされたり、胃の負担が増えることで胃粘膜が変化し、胃の病気になることがあります。

胃を健康に保つために
胃の不調がある場合は、原因を突き止めて対処するために早めの受診が必要です。また、市では9月30日(出)まで胃がん検診を実施しています。検診を受けることで胃がん以外の病気を発見できることもあるため、定期的に受けて胃の状態を確認しましょう。

※萎縮性胃炎
慢性的に胃炎が続いた結果、胃粘膜が萎縮し、薄くなってしまう状態があります。慢性的な胃炎を放置して萎縮性胃炎※に進行してしまうと、治すことが難しくなります。萎縮性胃炎は胃がんの発症リスクを高める要因の一つと言われています。

ご利用ください
リサイクル情報ダイヤル
☎277・6053

8月23日現在

休日在宅当番医・休日当番薬局

※受診の際は、事前に電話で相談してください

診療時間 9:00~12:00

[医療機関・薬局によって診療時間などが変更している場合があります。各医療機関に事前に確認してください]

※内…内科、外…外科、小…小児科、薬…薬局

日	科	医療機関	所在地	電話番号	日	科	医療機関	所在地	電話番号
9月10日(日)	内	押野医院	押野六丁目 160	246-1411	9月23日(土・祝)	内	山本クリニック	新庄一丁目 273	246-1661
	内	ばんどう内科・呼吸器クリニック	白山市布市一丁目 113	277-6211		内	ながしまクリニック	白山市北安田町 972-1	275-1115
	内	せいだクリニック	白山市道法寺町二 10	272-0381		内外	津山クリニック	白山市北安田町 1270	276-5501
	外	船木医院	太平寺四丁目 71	248-6686		外	津山整形外科クリニック	中林一丁目 64 街区 1 番	259-5077
	外	みやた整形外科	白山市新田町 217-1	236-2572		小	清水こどもクリニック	上林四丁目 509	227-0055
	小	むとう小児科医院	白山市宮永市町 65-2	275-7887		薬	クスリのアオキ北安田薬局	白山市北安田西 1-50	275-0005
9月17日(日)	薬	押野あおぞら薬局	押野六丁目 174	294-3953	9月24日(日)	内	金沢消化器内科・内視鏡クリニック野々市中央院	白山町 438	259-0378
	内	つじ川内科クリニック	位川 251	294-2221		内	安原医院	白山市田中町 242	275-2008
	内	津田内科医院	白山市新成四丁目 230	276-5050		外	のいち整形外科脊椎外科クリニック	白山町 5-21	256-2030
	内外	福留クリニック	白山市福留町 179-1	277-3133		外	松任整形外科クリニック	白山市村井町 2	276-0005
	外	かわきた整形外科醫院	押野二丁目 88	246-0108		小	南ヶ丘病院	西部中央土地区画整理事業施行地区 56 街区 1 番	256-3366
	小	つばきの郷こどもクリニック	徳用三丁目 330	294-3725		薬	てまり新田薬局	白山市新田町 217-1	225-7440
9月18日(月・祝)	薬	スギ薬局野々市西店	徳用三丁目 281	220-6470	内	とみたクリニック	粟田三丁目 55	246-7070	
	内	吉光内科医院	西部中央土地区画整理事業施行地区 21 街区 1 番	248-7788	内	やまもと内科医院	白山市山島台三丁目 99	274-3588	
	内	井村内科・腎透析クリニック	白山市美川中町ル 40-1	278-6363	内	きりの里診療所	白山市河内町きりの里 63-1	272-8163	
	内外	松葉外科胃腸科クリニック	白山市美川中町イ 16-72	278-6065	外	南ヶ丘病院	西部中央土地区画整理事業施行地区 56 街区 1 番	256-3366	
	外	小村整形外科	扇ヶ丘 488	259-5656	外	下崎整形外科医院	白山市専福寺町 158-3	274-5000	
	小	川北こどもクリニック	白山市山島台一丁目 1-1	274-7224	小	浅井小児科医院	本町五丁目 2-18	248-3311	
薬	月橋ゆうゆう薬局	白山市月橋町 721-2	273-2250	薬	クスリのアオキ堀内薬局	堀内四丁目 14	220-6196		

◎金沢広域急病センター(金沢市西念三丁目4-25 ☎222-0099)は年中無休(小児科・内科19:30~23:00)で受診できます
◎休日当番医は変更する場合があります。最新情報は、新聞や白山ののいち医師会または市ホームページで確認してください
◎休日夜間の救急指定病院の問い合わせについては、白山野々市広域消防本部(☎276-1119)または野々市消防署(☎248-9119)まで

健康カレンダー

健康推進課(保健センター内) ☎248-3511 会場:保健センター

行事名	対象	開催日	受付時間
4か月児健康診査	R5. 5月後半生まれ	10月5日(木)	対象者に送付するお知らせで日程・受付時間などを確認してください。
	R5. 6月前半生まれ	10月19日(木)	
10か月児相談	R4. 12月生まれ	10月13日(金)、26日(木)	
1歳6か月児健康診査	R4. 3月生まれ	10月3日(火)、17日(火)	
3歳4か月児健康診査	R2. 6月生まれ	10月11日(水)、24日(火)	参加できる人のみ。対象者には個別で案内を送付しています。
7か月児オンライン離乳食講座	R5. 3月生まれ	10月20日(金)	
オンライン相談	妊娠中から生後1歳頃までの保護者などを対象に実施します。市ホームページを見てください。		
プレパパママクラス	妊娠5~8か月の妊婦とその家族	10月10日(火)9:30~11:00 ※10月4日(水)までに要予約 ※詳しい参加条件は市ホームページを確認	
健康・栄養相談	市民	10月12日(水)①13:30 ②14:00 ③14:30 ④15:00(15分程度) ※2日前までに要予約(予約がない場合は受けられません)	