

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	11月27日
市・県民税	11月30日
国民健康保険税	
後期高齢者医療保険料	
介護保険料	
上・下水道料	

9月の事故災害状況

( )は前年同月比

交通	件数	21件(+9)
	死者	0人(±0)
	負傷者	22人(+10)
火災	件数	1件(±0)
救急	件数	196件(+2)

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 12月17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)  
☎ 12月10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

「譲ってください」  
☆市立保育園体操服☆市内小学校制服☆市内中学校制服☆雪かき用スコップ☆自転車☆家庭用小型耕運機☆三味線

健康通信

健康推進課(保健センター内) ☎248-3511

乳幼児突然死症候群(SIDS)を防ごう！

▼**乳幼児突然死症候群(SIDS)とは？**  
元気があった赤ちゃんが、窒息などの事故ではなく、眠っている間に突然なんの前ぶれもなく亡くなってしまう病気を、乳幼児突然死症候群(SIDS)といいます。令和元年には全国で78人の乳幼児がSIDSで亡くなっており、乳幼児期の死亡原因の第4位となっています。

▼**発症リスクを低くする3つのポイントとは？**  
①1歳になるまで、寝かしつける時はあおむけに寝かせましょう  
SIDSは、うつぶせ、あおむけのどちらでも発症します。しかし、うつぶせに寝かせたときの方がSIDSの発生率が高いことが分かっています。医学上の理由でうつぶせ寝を勧められている場合以外は、あおむ

けで寝かせましょう。ただし、寝返りができるようになった赤ちゃんが、寝ている間にうつぶせになっても、あおむけに戻す必要はありません。  
また、窒息を防ぐためにも赤ちゃんの周囲に柔らかな寝具を置かないようにしましょう。長時間赤ちゃんを1人にせず、同じ部屋で寝るようにしましょう。

②できるだけ母乳で育てましょう  
母乳で育てられている赤ちゃんのほうがSIDSの発生率が低いことが分かっています。母乳が出る場合はできるだけ母乳で育てましょう。

③周りの大人はたばこをやめましょう  
子どもの受動喫煙はSIDSや呼吸器症状などの健康被害を招きます。親自身の喫煙はもちろん、周囲の人



も妊産婦や赤ちゃんのそばでの喫煙はやめましょう。  
また、妊娠中の喫煙はおなかの赤ちゃんの体重が増えにくくなったり、出生後呼吸機能が低下することにより、気道の病気にかりやすくなったりするといわれています。妊娠していることが分かったら禁煙しましょう。

SIDSの予防方法は確立していませんが、この3つのポイントを守ることで、SIDSの発生率が低くなるというデータがあります。冬期にSIDSが発症しやすい傾向があるため、これからの寒くなる時期にはより注意が必要です。これらを踏まえ、厚生労働省は11月をSIDS対策強化月間と定めています。積極的にリスク軽減に努めましょう。

「譲ります」  
☆座布団(布) ☆パソコンラック ☆ポータブルトイレ ☆座卓 ☆電動ベッド ☆ベッド ☆布団団 ☆自転車 ☆婚礼ダンス(一点) ☆ソファ ☆雪見障子 ☆ドレッサー ☆広口瓶 ☆ベビーチェア ☆ひな人形(6段) ☆ホットカーペット ☆水槽(一式) ☆礼服

10月23日現在

ご利用ください  
リサイクル情報ダイヤル  
☎276・6053

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
11月12日(日)	内	はしもと内科クリニック	上林四丁目 651-1	227-3080	11月26日(日)	内	とみたクリニック	粟田三丁目 55	246-7070
	内	しおのやクリニック	白山市湊町 33-1	278-3355		内	てらしま内科クリニック	白山市中奥町 91-3	274-8666
	内	織田内科クリニック	白山市鶴来本町三丁目 11	273-9100		内外	福留クリニック	白山市福留町 179-1	277-3133
	外	のいち白山醫院	太平寺四丁目 45	248-2151		外	小村整形外科	扇が丘 488	259-5656
	外	聖来美クリニック	白山市井関町 115-1	278-7070		外	新村病院	白山市月橋町 722-12	273-0100
	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	かわい小児科医院	白山市安田町 5	275-0177
11月19日(日)	薬	クスリのアオキ北安田南薬局	白山市松任北安田南部土地区画整理事業地内 23 街区 50 番	276-2781	薬	福留町あおぞら薬局	白山市福留町 173-1	277-2951	
	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	山本クリニック	新庄一丁目 273	246-1661	
	内外	ちくだ医院	白山市倉光六丁目 35	275-6341	内	なかでクリニック	白山市鹿島平 11-60	278-5511	
	外	船木医院	太平寺四丁目 71	248-6686	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	下崎整形外科医院	白山市専福寺町 158-3	274-5000	外	津山整形外科クリニック	中林一丁目 64 街区 1 番	259-5077	
	小	浅井小児科医院	本町五丁目 2-18	248-3311	外	ただなわ整形外科クリニック	白山市井口町に 80-1	272-1333	
11月23日(木・祝)	薬	クスリのアオキ松任布市薬局	白山市布市一丁目 177-1	225-3162	小	中村小児科医院	押野一丁目 128	294-3338	
	内	だもん内科・腎透析クリニック	押野一丁目 400	294-0066	薬	太平寺らいふ薬局	太平寺四丁目 48	294-3388	
	内	谷内科歯科クリニック	白山市新田町 86-2	274-3351	◎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				
	内外	長尾医院	白山市美川永代町ソ 248	278-2156	◎休日当番医は変更する場合があります。最新情報は、新聞や白山のいち医師会または市ホームページで確認してください				
	外	かわきた整形外科醫院	押野二丁目 88	246-0108	◎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				
	小	斉藤小児科医院	白山市馬場二丁目 16	275-3110					
薬	横宮町あおば薬局	横宮町 67-1	246-8217						

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. 7月後半生まれ	12月7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. 8月前半生まれ	12月21日(木)	
10か月児相談	R5. 2月生まれ	12月6日(水)、22日(金)	
1歳6か月児健康診査	R4. 5月生まれ	12月5日(火)、14日(木)	
3歳4か月児健康診査	R2. 8月生まれ	12月12日(火)、19日(火)	
7か月児オンライン離乳食講座	R5. 5月生まれ	12月15日(金)	参加できる方のみ。対象者には個別で案内を送付しています。
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	12月8日(金)9:30~11:00 ※12月5日(火)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	12月13日(水)①9:30 ②10:00 ③10:30 ④11:00(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)	