

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）を利用してください。納税などに困っている人は相談してください。

保育料（6月分）	7月25日
市 県 民 税	7月31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	

5月の事故災害状況

（ ）は前年同月比

交通	件数	9件（- 8）
	死者	0人（± 0）
	負傷者	10人（- 7）
火災	件数	1件（- 1）
	救急	件数 247件（+ 29）

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 8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）

☎ 8月10日(日)までに
消防本部開催救命講習専用
ダイヤル ☎ 276-1210
または白山野々市広域消防
本部 ☎ 276-9483

いきいき長寿だより ☎ 保険年金課 ☎227-6072

介護予防に効果的な体操を地域で取り組むボランティア「シルバーリハビリ体操指導士」になりませんか？

シルバーリハビリ体操とは

リハビリ専門職が治療に使う運動をもとに考案された、介護予防のための体操です。どんな姿勢でもできるので、元気な高齢者だけでなく、介護が必要な人も行えます。

いつでも・どこでも・ひとりでもできる
道具を使わずに気軽にできるので、自分のペースで続けられます。

健康維持や介護予防に役立つ
肩痛・膝痛・腰痛予防や、日常生活の動作を楽にする動きが豊富です。

地域のつながりが生まれる
活動する仲間ができ、普及することで地域全体が元気になります。

シルバーリハビリ体操指導士養成講習会を開催します

体操を地域で取り組むために必要な技術（92種類の体操と体操に関わりのある108個の専門用語）を6日間、計30時間で学びます（9月下旬から10月の毎週水曜日に開催予定）。

リハビリ専門職である理学療法士が、分かりやすく伝えます。講習会終了後、地域でシルバーリハビリ体操を指導できます。※講習会の詳細は、広報8月号を確認してください。

養成講習会に先立ち、シルバーリハビリ体操を体験してもらうためのイベントを以下の通り開催します。介護予防や体操に興味のある人はぜひ参加してください。

シルバーリハビリ体操指導士養成講習会キックオフイベント

日時 8月20日(水) 14:00~16:00
会場 にぎわいの里のいち カミーノ
内容 介護予防に関する講話、シルバーリハビリ体操の体験
※当日シルバーリハビリ体操指導士養成講習会の参加受け付けも行います。

☎ 8月13日(日)までに二次元コード
(当日参加も可能です) [申し込みフォーム▶](#)




ご利用ください
リサイクル情報ダイヤル
☎227-6053

6月20日現在

【譲ります】

- ☆小学校上下体操服☆座卓☆チャイルドシート（自転車用）
- ☆苗木☆学習机☆スキーウェア
- ☆上下☆じゅうたん☆ドレッサー（三面鏡）☆補聴器用電池
- ☆野々市市じよんから浴衣☆押し寿司木枠

【譲りません】

- ☆市内小学校スカート☆布水中学校男女制服☆布水中学校体操服☆布水中学校バッグ、サブバッグ☆市立保育園制服、体操服☆シユレッター☆扇風機☆石油ファンヒーター
- ☆炊飯器☆室内用物干し☆大人用歩行器☆将棋盤☆じゅうたん☆洗濯機☆苗木（ドウダンツツジ）☆水槽☆ガスコンロ

※すべて無料



利用方法や物品の詳細はこちら

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 ※内…内科、外…外科、小…小児科、薬…薬局
[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。]

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
7月6日(日)	内	つじ川内科クリニック	位川 251	294-2221	7月21日(月・祝)	内	だいもん内科・腎透析クリニック	押野一丁目 400	294-0066
	内	てらしま内科クリニック	白山市中奥町 91-3	274-8666		内	しおのやクリニック	白山市湊町レ 33-1	278-3355
	内外	長尾医院	白山市美川永代町ソ 248	278-2156		外	B's Clinic	白山市北安田町 548-2	275-0657
	小	浅井小児科医院	本町五丁目 2-18	248-3311		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
	薬	てまり野々市薬局	堀内四丁目 80-3	255-7575		薬	白山ハート薬局	白山市村井町 275-1	227-8707
7月13日(日)	内	ふるさわ内科クリニック	押野二丁目 54	294-6655	7月27日(日)	内	とみたクリニック	栗田三丁目 55	246-7070
	内	なかでクリニック	白山市鹿島平 11-60	278-5511		内	ながしまクリニック	白山市北安田町 972-1	275-1115
	内外	きりの里診療所	白山市河内町きりの里 63-1	272-8163		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		小	つばきの郷こどもクリニック	徳用三丁目 330	294-3725
	小	川北こどもクリニック	白山市山島台一丁目 1-1	274-7224		薬	兼六薬局 御経塚店	御経塚一丁目 444	287-5505
7月20日(日)	薬	のいちフラワー薬局	本町四丁目 8-5	256-2233	8月3日(日)	内	池田病院	新庄二丁目 10	248-7222
	内	押野医院	押野六丁目 160	246-1411		内	さなだクリニック	白山市鶴来古町ワ 7	272-1138
	内	安原医院	白山市田中町 242	275-2008		内	やなぎ内科クリニック	白山市専福寺町 161-1	277-6200
	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	嶋医院	白山市中町 32	275-3311
	小	清水こどもクリニック	上林四丁目 509	227-0055		小	斉藤小児科医院	白山市馬場二丁目 16	275-3110
薬	月橋コメ薬局	白山市月橋町 414	273-9200	薬	井口まつだ薬局	白山市井口町に 79-4	272-3500		

◎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	R 7. 3月後半生まれ	8月12日(火)	対象者に送付する通知で日程・受付時間などを確認してください。
	R 7. 4月前半生まれ	8月21日(日)	
7か月児相談	R 7. 1月生まれ	8月6日(水)、28日(木)	
10か月児相談	R 6.10月生まれ	8月20日(水)、29日(金)	
1歳6か月児健康診査	R 6. 1月生まれ	8月5日(火)、19日(火)	
3歳4か月児健康診査	R 4. 4月生まれ	8月8日(金)、26日(火)	
オンライン相談	妊婦および1歳ごろまでの子を持つ保護者を対象に実施します。詳細は市ホームページをご覧ください。		
プレパパママクラス	妊娠5~8か月の妊婦とその家族	8月27日(水)9:30~11:00 ※8月22日(金)までに要予約	※詳しい参加条件は市ホームページを確認
生活習慣病予防健康・栄養相談	市民	8月25日(月)①13:30②14:15③15:00	※8月22日(金)までに要予約