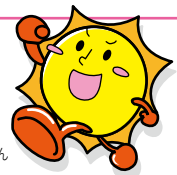


保健センターだより

5月

健康で元気に
過ごそう!!



うらトス21プランキャラクター・サントスクン

申し込み・問い合わせは、保健センター(☎0942-85-3650)へ

※「ところ」の記載がないものは保健センターで実施

『早起き早寝』の重要性

こどもが健やかに成長するためには『早起き早寝』で適切な睡眠をとることが大切です。人間の脳は、生まれて約18年間にさまざまな機能を身に付けながら発達します。最初に発達するのが、脳の中心にあり生きるのに欠かせない機能を担う『からだの脳』、次に大脳にある『おりこうさん脳』、最後に前頭葉にある『こころの脳』です。『からだの脳』は0~5歳の間に盛んに育ちますが、ここが育っていないと脳のバランスが崩れ『落ち着きがない』『集団行動が苦手』などといったことが現れることがあります。『からだの脳』の成長のために重要なのが、睡眠覚醒リズムを整えることです。乳幼児期から睡眠覚醒リズムを育てることが、脳全体の発達につながります。



早く起きると寝る時刻も自然と早くなりますので、早寝早起きではなく、ぜひ早起きから始めてみてください。

こどもの健診 ※受付時間は12時45分~13時45分(1歳6カ月健診、3歳児健診)

記事ID 0001861

■1歳6カ月児健診(令和6年10月生まれの幼児)

●とき 5月12日(火)・13日(水)



■3歳児健診(令和4年10月生まれの幼児)

●とき 5月21日(木)・22日(金)



5歳児健康診査が始まりました(16ページに関連記事)

■5歳児健診(令和3年5月生まれの幼児)

●とき 5月26日(火)・27日(水)

●受付時間 12時30分~13時30分



休日救急医療センター診察医

休日救急医療センター(☎0942-83-0119)

※受診希望者は、事前に電話してください

市ホームページ▶



記事ID 0001853

鳥栖・三養基地区内歯科休日診療当番医

※当番医は変更になる場合があります

市ホームページ▶



記事ID 0001856

5月	内科	小児科	外科
	9:00~19:00(受付は18:30まで)		
3日(祝・日)	○	○	○
4日(祝・月)	○	○	○
5日(祝・火)	○	○	○
6日(休・水)	○	○	○
10日(日)	○	○	—
17日(日)	○	○	○
24日(日)	○	○	—
31日(日)	○	○	○

5月	診療所名	電話番号	所在地
	9:00~12:00		
3日(祝・日)	ゆきこ歯科	0942-85-7205	基山町
4日(祝・月)	照崎歯科医院	0942-85-1575	轟木町
5日(祝・火)	とおやま歯科医院	0942-84-8217	本鳥栖町
6日(休・水)	近藤歯科医院	0942-85-1717	今泉町
10日(日)	中川歯科医院	0942-87-3558	曾根崎町
17日(日)	中富歯科医院	0942-85-1234	桜町
24日(日)	みらい歯科・子ども矯正歯科	0942-87-3100	弥生が丘
31日(日)	なりとみ歯科	0942-84-3116	神辺町

高専講師による
1対4の個別授業
勉強のやり方が身につく!

地域密着型
塾 チクゼン

LINEで予約

LINE

広告