

# コ ナ

## 本 庁

健康管理課 第1分庁舎2階 ☎95-1111

### 乳幼児の 健診と教室

健診・教室名	対 象 児	と き	会 場	受付時間	注 意 事 項
3~4 か月児健診	H16年12月生まれ	13日(水)22日(金)28日(木)	保 健 相 談 セ ン タ ー	12:45~13:00	各健診票は、個人通知します。 場所・持ち物などは通知票で確認してください。対象日に受健できない場合、他の日程で受健できます。
1歳児すくすく教室	H16年3月生まれ	8日(金)14日(木)26日(火)		9:30~9:45	
1歳6か月児健診	H15年8月生まれ	7日(木)12日(火)20日(水)		12:30~12:45	
3歳児健診	H13年10月生まれ	15日(金)21日(木)27日(水)		12:30~12:45	

●通知が届いていない方、転入した方は連絡してください。

健康管理課 (内線475)

### 予防 接種

接 種 名	対 象 者	今月の該当者	期 間	実施場所	注 意 事 項
ジフテリア・百日せき・破傷風 麻しん(はしか) 風 し ん (麻しんが終了してから)	生後3~90か月 生後12~90か月 生後12~90か月	H16年11月生まれ H16年2月生まれ H16年2月生まれ	年間を通して実施	市内指定医療機関	予診票は、個人通知します。 受ける前に医療機関に連絡をしてください。 持ち物 母子手帳・予診票 料 金 無料

●春期ポリオ予防接種のお知らせ

健康管理課 (内線476)

4月に実施します。90か月未満で2回終了していない幼児は予約が必要です。(該当者には通知しますので予約は必要ありません)  
ポリオ日程：4月6・7・12~15・19~22・26・27日

●日本脳炎予防接種のお知らせ

4月~8月に実施します。該当者はH13.6.1~H14.7.31生まれの幼児です。※9歳~12歳の小学生、14・15歳の中学生も接種することができますので希望する方はご連絡ください。

### 相 談

相 談 名	と き	時 間	会 場	内 容	申し込み・問い合わせ
健康・育児相談	月~金(祝日を除く)	8:30~17:00	健康管理課	子どもからお年寄りまで健康に関すること	健康管理課(内線516)
栄養相談	11日(月)	10:00~12:00	保健相談センター	食事と栄養に関すること(要予約)	〃(内線497)
歯科相談	11日(月)	13:00~15:00	保健相談センター	虫歯のチェック、歯槽膿漏予防など歯に関すること(要予約)	〃(内線516)
H I V 検 査	12日(火)26日(火)	13:00~14:00	石巻保健福祉事務所 (石巻保健所)	プライバシーは守ります(要予約)	石巻保健福祉事務所 95-1411(内線352)
骨髄バンク登録	12日(火)26日(火)	9:30~11:00		骨髄バンクの登録を受け付けます(要予約)	95-1431
こころの相談	20日(水)	13:30~		心の健康に関する相談(要予約)	
引きこもり思春期相談	25日(月)	13:00~17:00		16才~29才までの心の問題についての相談(要予約)	〃
各地区での健康・育児相談	●開北・水押 6日(水) 10:00~11:30 開北会館 ●渡波 14日(木) 10:00~11:30 渡波公民館 ●緑町・松並 8日(金) 10:00~11:30 松緑会館 ●伊原津 15日(金) 10:00~11:30 鹿妻分館 ●大街道育児相談 8日(金) 10:00~11:30 大街道会館				

\*保健相談センターご利用の方は、駐車場が手狭なため、最寄りの駐車場をご利用願います。

### 教 室

教室名	と き	受付時間	会 場	対 象 者 / 内 容	申し込み・問い合わせ
離乳食教室	28日(木)	13:15~13:30	保健相談センター	5~8か月児の保護者の方。離乳の進め方など試食を通してのお話(要予約)	健康管理課(内線497)
ママ楽々くらぶ	13日(水)	9:50~10:00		悩みなど語り合い、個別相談にも応じます。託児あり。(要予約)	〃(内線276)

#### ●「保健栄養学級」受講者募集

食生活改善や健康づくりのための知識や技術を学習します。修了者は食生活改善推進員になることができます。

とき 5月~翌年2月(10回)

開講式 5月12日(木)10:00~

ところ 石巻市保健相談センター

費用 調理実習材料費一部自己負担

募集人員 20名

募集期間 4月5日(火)~14日(木)

申・問 健康管理課(内線497)

#### ●遊ბირთეშონგループ募集

家に閉じこもりがちな虚弱高齢者など対象に、地域の集会所などを利用して、遊ბირთეშონの手法を用いながら、ミニデイサービスを実施したいと考えている町内会、グループを募集

します。

募集締め切り 6月30日まで

申・問 健康管理課(内線419)

#### ●いきいき脳の個別健康相談

認知症の早期発見・予防のために保健師による相談会を開催します。ポケたかな?と心配な方やご家族の方どうぞ。(要予約)

とき 4月26日(火)13:30~15:30

ところ 石巻市保健相談センター

申・問 健康管理課(内線419)

#### ●子宮がん検診

対象年齢が20歳となりました。

4月11日(月)から始まります。

申し込みした方に検診票を配布します。検診期間を確認して、指定医療機関で受けましょう。申し込みしてい

ない方は、追加申し込みができますのでご連絡ください。また、指定期間中に検診できなかった方は、検診票を捨てずに問い合わせください。

問 健康管理課(内線476)

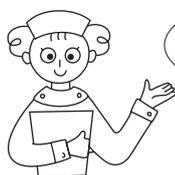
#### ●結核・肺がん検診

対象者が65歳以上となりました。

対象者には、事前に検診票を配布しますので検診日時・場所は検診票で確認してください。

受検方法 検診票に必要事項を記入し、当日検診会場にお持ちください。日程内であれば、どの会場でも受けられます。職場や病院などで胸部レントゲンを撮った方は、ご連絡ください。

問 健康管理課(内線267)



4月の

# 健康

## 河北総合支所

保健課 ☎62-2117

### ●乳がん検診のおしらせ

乳がんは、もともと欧米人に多く、日本人には少ないといわれていましたが、最近では日本人女性に急増しているがんの一つです。原因として考えられるのは、食生活が脂肪分の多い欧米的なものに変わってきたことです。また、晩婚化、少子化などライフスタイルの変化により、日本人女性のホルモンバランスが変わってきていることも原因と考えられます。定期的な乳房の自己検診とともに、乳がん検診を受けてがんの予防に努めましょう。

#### 【日程および検診方法など】

と き	会 場	対象者および検診方法	個人負担金
4月19日(火)～22日(金) 受付時間 8:45～ 9:30まで 10:30～11:00まで 12:30～13:00まで	河北総合センター (ビッグバン)	30歳～39歳の女性(視触診)	1,000円
		40歳～69歳の女性 (視触診+レントゲン撮影)	2,000円
		70歳以上の女性(レントゲン撮影)	無 料

※17年度乳がん検診お休みの方は、大谷地・大川地区の40歳以上の女性です。自己検診に努めてください。

※検診の申し込みをしていない方で、受診を希望される場合は、河北総合支所までご連絡ください。

## 雄勝総合支所

保健福祉課 ☎57-3611

と き	内 容	受付時間	対 象	会 場
6日(水)・27日(水)	三種混合予防接種	13:00～13:30	生後3～90か月	雄勝病院
11日(月)	母子センター開放日	10:00～12:00	子育て中の親子	雄勝母子健康センター
11日(月)	心の悩み相談日	13:00～15:00	心の悩みがある方	雄勝母子健康センター
13日(水)	麻しん予防接種	13:00～13:30	生後12～90か月	雄勝病院
15日(金)	ポリオ予防接種	13:00～13:30	H16年1月～12月生まれおよび90か月未満で2回終了していない幼児	雄勝母子健康センター
20日(水)	BCG予防接種	13:00～13:30	生後3～6か月未満児	雄勝病院
26日(火)	3歳児健康診査	13:00～	H13年9月1日～12月31日生まれ	雄勝母子健康センター

※予診票・問診票が届いていない方および転入した方は、雄勝総合支所までご連絡ください。

※3歳児健診は対象者へ個別に問診票を通知します。持ち物は通知票で確認してください。

※ポリオ予防接種予診票は個別通知します。それ以外の予防接種は事前に雄勝病院(57-3111)へ予約してください。

## 河南総合支所

河南母子健康センター ☎72-2094

と き	内 容	受付時間	対 象	会 場
7日(木)	三種混合予防接種	13:00～13:30	H15年1月1日～5月31日生まれ	河南母子健康センター
18日(月)	風しん予防接種	13:00～13:30	H14年7月1日～12月31日生まれ	
19日(火)	乳児相談	9:30～10:30	H16年8月16日～10月19日生まれ	
21日(木)	1歳6か月児健診	12:15～13:00	H15年7月11日～9月21日生まれ	
22日(金)	3歳児健診	12:00～12:45	H13年10月・11月・12月生まれ	
25日(月)	ポリオ予防接種	13:00～13:30	H16年1月1日～12月23日生まれ (和渕・鹿又・北村)	
27日(水)	ポリオ予防接種	13:00～13:30	H16年1月1日～12月23日生まれ (前谷地・須江・広渕)	
28日(木)	BCG接種	13:00～13:30	H16年12月24日～H17年1月28日生まれ	

※対象者には個人通知します。

## 桃生総合支所

桃生保健センター ☎76-3360

と き	内 容	受付時間	対 象	会 場
6日(水)	ポリオ予防接種	13:00～13:30	(1回目) H16年7月1日～H16年12月31日生まれ (2回目) H16年1月1日～H16年6月30日生まれ	桃生保健センター
12日(火)	3～4か月児健診	13:00～13:15	H16年11月21日～H16年12月20日生まれ (対象者には個別通知いたします)	
14日(木)	健康サロン	9:30～10:00	どなたでも参加できます	
15日(金)	育児相談	9:30～	生後7か月児・11か月児	
	ママのほっとティータイム	13:30～	生後1～2か月児の母親 (対象者には個別通知いたします)	
22日(金)	ストレスなんでも相談	9:00～	ストレスや心の悩みのある方	
26日(火)	BCG接種	13:00～13:30	H16年12月1日～H16年12月31日生まれ	

※予防接種については、通知しませんので、対象の方は予診票と母子手帳をご持参の上お越しください。

※妊婦健康相談を、毎週月曜日13:00から桃生保健センターで行っています。