

◇ 北上総合支所

北上保健センター ☎67-2301

と き	内 容	受付時間	対 象	会 場
2日(木)	麻疹予防接種	13:30～14:00	H16年10月～H17年1月生まれ 生後90か月までに接種を受けていない人	北上保健センター
22日(水)	三種混合予防接種		第1期追加接種1回が必要な人 ・H15年4月～H16年2月生まれ 第1期初回接種3回が必要な人 ・H16年9月～H17年6月生まれ 追加・初回接種とも生後90か月までに接種を受けていない人	
28日(火)	3～4か月児健診 すくすく赤ちゃん相談 よちよち相談	12:30～12:40	H17年10月～H17年11月生まれ H17年7月～H17年8月生まれ H17年3月～H17年4月生まれ	

◇ 牡鹿総合支所

保健福祉課 ☎45-2113

と き	内 容	時 間	対 象	会 場
2日(木)	1歳児・2歳児歯科健診	9:50～10:10	H15年11月～H16年1月生まれ H16年11月～H17年1月生まれ	牡鹿保健福祉センター (清優館)
6日(月)	介護講座	13:30～15:30	希望される方	
10日(金)	ダンベル体操	13:30～15:00		
15日(水)	精神回復者会(若葉会)	10:00～13:30		
27日(月)～ 3月1日(水)	乳がん検診 骨そしょう症検査	個別通知	牡鹿地区の30歳以上の女性	

Information (全地区対象)

インフルエンザを 予防しましょう



インフルエンザが流行する季節です。

インフルエンザにかかると、かぜとよく似た症状が出ますが、普通のかぜに比べて全身症状が強く、気管支炎や肺炎などを合併し、重症化することが多いのが特徴です。

<インフルエンザの主な特徴>

- 38℃～40℃の高熱が続く
(一度下がった熱が再び出ることも多い)
- 激しいせきや鼻水が出る
- 関節痛、筋肉痛、腰痛
- のどが強く痛む
- 悪寒や頭痛

<予防のために>

- 流行期に人込みには行かないようにしましょう
- 外出するときはマスクを忘れずに
- うがい、手洗いをこまめにしましょう
- 加湿器などで部屋の乾燥を防ぎましょう
- 日ごろから十分な栄養や休息を取りましょう

☎ 健康管理課 (内線340)

女性医師による 「女性健康相談」

思春期や更年期に伴う身体的・精神的不調、家庭や職場でのストレスなどで悩んでいる女性の相談に応じます。お気軽にお申し込みください。

(完全予約制・相談無料)

☎ 宮城県女医会女性健康相談室

☎090-5840-1993

(月～金9:00～17:00)

※これ以外の時間などは留守番電話にお名前と電話番号を録音してください。

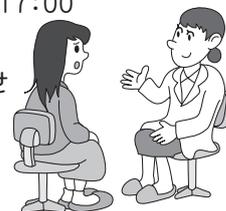
と き 2月18日(土) 14:00～17:00

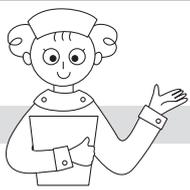
と ころ 石巻市内

(お申し込みの際お知らせ
します)

☎ 県健康対策課

☎022(211)2623





2月の

健康コーナー

本庁・各総合支所はその地区が対象となります。

◇ 河北総合支所

保健課 ☎62-2117

と き	内 容	受付時間	対 象	会 場
2日(木)	3歳児健診	12:15～13:00	H14年7月～H14年8月生まれ	河北保健センター
15日(水)	リハビリ教室	10:00～14:00	脳卒中などの後遺症者	
20日(月)	育児相談	9:15～9:30	H17年6月～H17年7月生まれ	
21日(火)	子育てと心の相談会	13:30～15:00	一般市民	
27日(月)	いきいき健康相談会	9:00～11:30		
28日(火)	3～4か月児健診	12:15～13:00	H17年10月～H17年11月生まれ	
	BCG接種	13:10～14:00		

◇ 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
8日(水)	麻しん予防接種	13:00～13:30	生後12か月～90か月未満(麻しん接種罹患済み児)	雄勝病院
13日(月)	心の悩み相談日	13:00～15:00	心の悩みがある方	母子健康センター
15日(水)	三種混合予防接種	13:00～13:30	生後3か月～90か月未満	雄勝病院
21日(火)	1歳6か月児・ 2歳児健康診査	13:00～	対象者には、問診票を送付します	母子健康センター
22日(水)	BCG予防接種	13:00～13:30	生後3か月～6か月未満	雄勝病院
	麻しん予防接種		生後12か月～90か月未満	

◇ 河南総合支所

健康管理課 ☎72-2094

と き	内 容	受付時間	対 象	会 場
13日(月)	麻しん予防接種	13:00～13:30	H16年9月～H16年12月生まれ	河南母子 健康センター
14日(火)	乳児相談	9:30～10:30	H17年6月7日～H17年8月14日生まれ	

※対象者には個人通知します。お問い合わせは、河南総合支所まで。

◇ 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
2日(木)	健康サロン	9:30	どなたでも参加できます	桃生保健 センター
7日(火)	3～4か月児健診	13:00	H17年9月21日～H17年10月20日生まれ	
17日(金)	ママのほっとティータイム	個別通知	生後1～2か月児の母親	
	育児相談		生後7か月児・11か月児	
21日(火)	3歳児健診	12:30	H14年7月～H14年9月生まれ	
22日(水)	こころの健康づくり相談会	13:00	どなたでもご相談できます(要予約)	
27日(月)	ストレスなんでも相談日	9:00	どなたでもご相談できます	

※ 妊婦健康相談は、6日、13日、20日、27日の午後1時から桃生保健センターで開催します。

※ 母子手帳は、月～金曜日の午前8時30分から午後5時まで、桃生保健センターで交付します。

◇ 石巻保健福祉事務所 (石巻保健所)

と き	相 談 名	時 間	会 場	内 容	申し込み・問い合わせ
14日(火)	HIV検査	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。匿名でもかまいません(要予約)	石巻保健福祉事務所
28日(火)	骨髄バンク登録	9:30～11:00		骨髄バンクの登録を受け付けます(要予約)	95-1411(内線352)
16日(木)	こころの相談	13:30～16:00		心の健康に関する相談(要予約)	95-1431
27日(月)	引きこもり思春期相談	13:00～16:00		16歳から29歳までの心の問題についての相談(要予約)	