

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
11日(水)	三種混合予防接種	13:30～13:45	生後3か月～90か月未満の児	北上保健センター
18日(水)	B C G接種	13:30～13:45	生後3か月～生後6か月未満の児	

※北上地区の乳幼児健診・相談の日程・内容などについては、次ページの河北地区の欄をご覧ください。

牡鹿総合支所

保健福祉課 ☎45-2113

と き	内 容	受付時間	対 象	会 場
9日(月)	精神障害者回復者会	9:50～	希望者	清優館
24日(火)・25日(水)	基本健診事後指導会	※各自に配布する通知をご覧ください。		

※総合健診の結果が返ってきます。結果は現在のからだの状態を示す大事なデータです。今後の生活に生かしていけるよう、一緒に考えていきたいと思えます。お気軽にご相談ください。牡鹿総合支所保健福祉課 ☎45-2113(内線603)

※牡鹿地区の乳幼児健診・相談の日程・内容などについては、30ページの本庁の欄をご覧ください。

石巻保健福祉事務所(石巻保健所)

と き	内 容	受付時間	内 容	会 場	問・申
10日(火)・ 24日(火)	HIV検査	13:00～14:00	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 (石巻保健所)	95-1411 (内線352)
	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)		
3日(火)	医師によるこころ相談	13:30～16:00	心の健康に関する相談(要予約)		95-1431 (直通)
27日(金)	引きこもり思春期相談	13:00～16:00	16歳～29歳までの心の問題についての相談(要予約)		
5日(木)	アルコール家族教室	10:00～11:30	アルコール関連問題の病気の知識、対応のしかたについて(要予約)		
	アルコール関連相談	13:30～16:30	アルコール関連問題で困っている本人や家族の相談(要予約)		

愛の献血



4日(水)	9:30～11:30	株山内組	問 北上保健センター ☎67-2301
	13:00～16:00	北上総合支所	
5日(木)	9:30～11:30	石巻電気事業協同組合	問 健康管理課 ☎95-1111 (内線639)
	13:00～16:00	イオンスーパーセンター 石巻東店(渡波)	
8日(日)	10:00～12:00	イトーヨーカドー石巻 あけぼの店	問 健康管理課 ☎95-1111 (内線639)
	13:00～16:00	※骨髄バンク登録会もあります。	
20日(金)	10:00～12:00	株伊勢電気	問 河南総合支所 保健福祉課 ☎72-2094
	13:30～16:00	株高康建設	
25日(水)	10:00～13:30	石巻さくら自動車学校	問 健康管理課 ☎95-1111 (内線639)
	15:00～16:30	みやぎ生協石巻大橋店	
28日(土)	10:00～12:00	イオン石巻ジョyping センター(蛇田)	問 健康管理課 ☎95-1111 (内線639)
	13:00～17:00	(※18歳以上は400cc献血のみ) ※骨髄バンク登録会もあります。	

※会場の都合などにより、日程が変更になる場合がありますのでご了承ください。

食中毒を予防しよう

～O-157、腸炎ビブリオ、サルモネラ菌など～

抵抗力の弱い子どもやお年寄りなどは食中毒にかかる重症になることもあります。各家庭で予防を心がけましょう。

◆家庭でできる食中毒予防◆

- ①新鮮食品は新鮮なものを購入し、消費期限があるものは必ず確認する。
- ②温度管理が必要なものはすぐ保存。冷蔵庫・冷凍庫は過信せず早めに調理しましょう。
- ③清潔に努め、手洗いの励行。食材料はよく洗いましょう。
- ④十分加熱しましょう。
- ⑤作った料理はすぐ食べましょう。
- ⑥時間がたったら思い切って捨てましょう。

問 本庁健康管理課(内線266)・各総合支所保健福祉課

メンタルヘルス講演会 第一弾

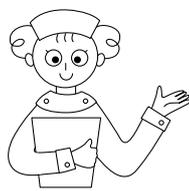
演題 『うつ病の症状と対処法』

心や体の不調に気づいた時の対処とは・・・心のセルフケアのヒントをききませんか。

と き 7月31日(火) 14:00～
と ころ 石巻市総合体育館2階会議室
定 員 70人
講 師 宮城県立精神医療センター
副院長 小高 晃先生

問・問 健康管理課(内線537)





7月の

健康

河北総合支所

保健福祉課 ☎62-2117

と き	内 容	受付時間	対 象	会 場
3日(火)	B C G予防接種	13:00～13:30	H19年2月1日～3月31日生まれ	河北保健センター
24日(火)	三種混合予防接種		1期 初回H18年4月1日～H19年1月31日生まれ 1期追加 1期3回目接種後概ね1年経過した方	
31日(火)	麻しん・風しん混合予防接種		1期 H18年6月28日～7月31日生まれ 2期 H13年4月2日～H14年4月1日生まれ	
2日(月)～4日(水)	基本健康診査・肺がん 結核検診	個別通知	40歳以上の方	各地区会場
	肝炎ウイルス(B型C型)		65歳以上の方	
	前立腺がん検診		40歳の方、または検診の対象者でH14～18年までに受診されなかった方	
	骨粗しょう症検診		50歳以上の男性	
25日(水)	骨粗しょう症検診	9:30～11:00	40、45、50、55、60、65、70歳の女性	ビッグ・バン
17日(火)	2歳児歯科健診	12:30～12:45	H16年12月～H17年1月生まれ	北上保健センター
31日(火)	1歳6か月児健診		H17年11月～12月生まれ	
9日(月)・23日(月)	タンベル講習会	13:30～15:30	一般市民	河北保健センター
10日(火)	もぐもぐゴックン離乳食教室	10:00～12:00	生後18か月までのお子さんを育児している親または日中保育者	
13日(金)	「子育て」と「こころの健康」相談会	13:30～15:00	一般市民 (要予約)	

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
月曜～金曜 (祝日を除く)	健康・育児相談	8:30～17:00	育児に関することや、自分の健康について関心のある方	保健福祉課
	心の悩み相談		ストレス・悩み事を抱えている方	
2日(月)	基本健診	個別通知	40歳以上(平成20年3月31日現在)で申し込みをされた方 ※結核検診は65歳以上が対象となります	各地区会場
	前立腺がん検診			
	肝炎ウイルス健診			
	結核・肺がん検診			
4日(水)	三種混合予防接種	13:00～13:30	生後3か月～90か月未満の児	雄勝病院
11日(水)	麻しん		【1期】生後12か月～24か月までの児	
			【2期】5歳以上7歳未満(小学校就学前の1年間にある方)	
18日(水)	B C G接種		生後3か月～6か月未満の児	

※雄勝地区の乳幼児健診・相談の日程・内容などについては、上の河北地区の欄をご覧ください。

河南総合支所

保健福祉課 ☎72-2094

と き	内 容	受付時間	対 象	会 場
5日(木)	3歳児健診	12:30～12:45	H15年11月16日～12月31日生まれ	河南母子健康センター
6日(金)	骨粗しょう症検診	※40・45・50・55・60・65・70歳の女性対象	詳細については問診票などをご覧ください。	
17日(火)	三種混合予防接種	13:00～13:30	H18年6月1日～12月31日生まれ	河南母子健康センター
20日(金)	3～4か月児健診	13:00～13:15	H19年3月1日～4月15日生まれ	桃生保健センター
26日(木)	1歳6か月児健診	12:30～12:45	H17年11月16日～12月31日生まれ	河南母子健康センター
31日(火)	1歳児よちよち相談	9:15～9:30	H18年5月～6月生まれ	

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
3日(火)	食と健康相談	9:00～	どなたでも相談できます	桃生保健センター
9日(月)	健康サロン	9:30～	どなたでも参加できます	
10日(火)～19日(木) 日・祝日を除く	総合健康診断		個別通知	各地区
12日(木)	健康タンベル体操	9:30～	どなたでも参加できます	桃生保健センター
23日(月)	1歳児よちよち相談	個別通知	生後11か月～1歳児	
	育児相談		生後7か月児	
	ママのほっとティータイム		生後1～2か月児の母親	
27日(金)	健康タンベル体操	13:30～	どなたでも参加できます	
31日(火)	こころの健康づくり相談会	13:30～[要予約]	どなたでも相談できます	
	ストレスなんでも相談日	9:00～12:00		

※桃生地区の乳幼児健診・相談の日程・内容などについては、上の河南地区の欄をご覧ください。