



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
12日(月)	いきいきダンベルセミナー	9:30~	どなたでも参加できます。	北上保健センター(ひまわり)
13日(火)	1歳6か月健診	12:30~12:45	H18年9月~10生まれ	
14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	
23日(金)	ひまわりウォーキング	9:30~	どなたでも参加できます。	
27日(火)	2歳児歯科健診	12:30~12:45	H17年10月~11生まれ	

※BCG予防接種は、生後3か月から6か月未満のお子さんが対象です。個別接種に変わりましたので、お子さんが生後6か月を迎える前々日まで橋浦診療所に電話(☎67-2051)で予約して受けてください。

※麻しん風しん混合予防接種の3期(中学1年生の年齢に相当する方)および4期(高校3年生の年齢に相当する方)については、個別接種になります。6月30日まで橋浦診療所に電話(☎67-2051)で予約して受けてください。

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
14日(水)	精神患者回復者クラブ「若葉会」	8:50~	希望する方	清 優 館
	精神保健相談	13:15~	希望する方(要予約)	
20日(火)・21日(水)	子宮がん検診	個別通知	20歳以上の女性で検診を申し込みました方	

※子宮がん検診受検希望で申し込みしていない方は連絡ください。

※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。

東部保健福祉事務所(石巻保健所)

とき	内 容	受付時間	対 象	会 場	申し込み・問い合わせ
13日(火)・27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)	東部保健福祉事務所(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)		
22日(水)	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)
23日(金)	引きこもり思春期相談	10:00~15:00	16歳~29歳までの心の問題についての相談(要予約)		
16日(金)	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)		
	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)		



愛の献血

2日(金)	10:00~12:00	道の駅・上品の郷	☎ 河北総合支所 保健福祉課 ☎62-2117
	13:00~16:00		
6日(火)	10:00~12:00	イオンスーパーセンター 石巻東店(渡波)	☎ 健康推進課 ☎95-1111 (内線639)
	13:00~16:30		
11日(日)	10:00~12:00	石巻赤十字病院(健康まつり) ※骨髄バンク登録会もあります。	☎ 牡鹿総合支所 保健福祉課 ☎45-2113
	13:00~15:00		
12日(月)	9:00~12:00	牡鹿公民館	☎45-2113
	13:00~15:00		
15日(木)	10:00~12:00	㈱七星社 みやぎ生協石巻大橋店	☎ 健康推進課 ☎95-1111 (内線639)
	13:30~16:00		
24日(土)	10:00~12:00	イオン石巻ショッピングセンター(蛇田) (※18歳以上は400ml献血のみ) ※骨髄バンク登録会もあります。	☎ 健康推進課 ☎95-1111 (内線639)
	13:00~16:30		
28日(水)	10:00~12:00	県石巻合同庁舎	
	13:00~16:30		

※会場の都合により、日程が変更になる場合がありますのでご了承ください。

遊びリテショングループ募集!!

閉じこもりがちな高齢者を対象に、地域で互いに支えあい、集会所などを利用して、遊びリテション(遊びやゲームを通して楽しみながら健康づくりを行います)を継続的に実施する町内会やグループを募集しています。

登録されたグループには

- ・会場費の一部助成
- ・保健師などによる健康相談、講話
- ・石巻市給食サービスの利用…など必要に応じて利用できます。

応募条件などの詳細は、お問い合わせください。

☎ 健康推進課(内線515)

赤ちゃん訪問を実施します

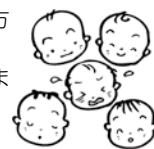
市では、赤ちゃんが健やかに育つことを支援するために、保健師、助産師による赤ちゃん訪問(対象は生後4か月までの赤ちゃんとお母さん)を実施します。

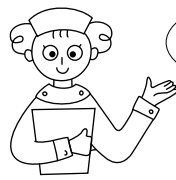
訪問の連絡をスムーズにするために、母子健康手帳別冊に添付の出生連絡票(はがき)を、出生届と一緒に窓口へお出しください。

※里帰り出産などを予定されている方は、お問い合わせください。

※市では、訪問販売は一切行っていませんので、ご注意ください。

☎ 健康推進課(内線276)





5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
1日(木)	B C G接種	13:00~13:30	H19年12月~H20年1月生まれ	河北保健センター
9日(金)	「子育て」と「こころの健康」相談会	13:30~14:30	一般市民 (要予約)	
12日(月)・26日(月) 14日(水)~16日(金)	ダンベル講習会 子宮がん検診	13:30~15:30 個別通知	一般市民 20歳以上の女性	
15日(木)	三種混合予防接種	13:00~13:30	I期初回 H19年4月~11月生まれ I期追加 I期3回目接種後おおむね1年経過した方	河北保健センター
20日(火)	もぐもぐ・ゴックン離乳食教室	9:30~10:00	生後18か月までのお子さんをお育てしている 親または日中保育している方	
27日(火)	ましん・風しん混合予防接種	13:00~13:30	I期 H19年3月8日~5月27日生まれ II期 H14年4月2日~H15年4月1日	

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

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
月曜~金曜 (祝日を除く)	健康・育児相談 心の悩み相談	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 ストレス・悩み事を抱えている方	保健福祉課
7日(水)・28日(水)	三種混合予防接種			
14日(水)	ましん・風しん混合予防接種	13:00~13:30	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)	雄勝病院
7日(水)・21日(水)	ダンベル教室	10:00~	どなたでも参加できます。	母子健康センター
29日(木)・30日(金)	子宮がん検診	個別通知	20歳以上の女性で検診を申し込みした方	雄勝公民館

※雄勝地区の乳幼児健診・相談の日程・内容などについては、前ページの北上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
7日(水)~16日(金) (日曜日除く)	胃がん検診	個別通知 (詳細については、受診票をご覧ください)		各地区会場
15日(木)	3歳児健診	12:30~12:45	H16年10月1日~11月15日生まれ	河南母子健康センター
21日(水)	2歳児歯科健診	12:45~13:00	H17年10月1日~11月15日生まれ	桃生保健センター
23日(金)	1歳児よちよち相談	9:15~ 9:30	H19年3月~4月生まれ	河南母子健康センター
27日(火)	みんなの楽しくダンベルクラブ	9:15~ 9:30	一般市民	遊楽館 アリーナ
29日(木)	三種混合予防接種	13:00~13:30	H19年6月1日~12月31日生まれ	河南母子健康センター

桃生総合支所

保健福祉課 ☎76-2111

とき	内 容	受付時間	対 象	会 場
8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
12日(月)	健康ダンベル体操	9:30~		
13日(火)	7~8か月児すくすく相談	10:00~10:15	H19年8月18日~10月13日生まれ	
27日(火)	こころの健康づくり相談会	13:30~	どなたでも相談できます。(要予約)	
29日(木)	健康ダンベル体操	13:30~	どなたでも参加できます。	

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

心理カウンセラーにゆめ

心の相談会

不眠・不安感・ストレス・イライラ・依存症など心の問題についての相談を行います。プライベートは守られますので、お気軽にご相談ください。(予約制)

とき 6月3日(火)
午後1時~

ところ 市保健相談センター
担当 心理カウンセラー 今野 廣子

健康推進課(内線537)

麻しん(はしか)・風しんの予防接種を受けましょう!

麻しん(はしか)は、感染力が非常に強く、いったん発症すると、多くの人がかかり、流行が予想される病気です。感染を防ぐためには、予防接種が効果的です。定期対象の方は、麻しん風しん混合ワクチンを忘れずに接種しましょう。

(定期対象者: 料金無料)

第1期 1歳児
第2期 H14年4月2日
第3期 H15年4月1日生まれ
第4期 H17年4月2日
第5期 H18年4月1日生まれ
第6期 H19年4月2日
第7期 H20年4月2日
第8期 H21年4月2日
第9期 H22年4月2日
第10期 H23年4月1日生まれ

健康推進課(内線340)・各総合支所保健福祉課