



※本庁・各総合支所はその地区が対象となります。

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
3日(木)	麻しん・風しん混合予防接種	13:30～14:00	第1期：生後12か月～24か月	北上保健センター
24日(木)	三種混合予防接種	13:30～14:00	第1期追加接種1回が必要な人 ・H16年4月～H17年2月生まれ 第1期初回接種3回が必要な人 ・H17年3月～H17年12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	
29日(火)	3～4か月児健診	12:30～12:40	H18.4月～H18.5月生まれ	
	すくすく赤ちゃん相談 よちよち相談		H18.1月～H18.2月生まれ H17.8月～H17.9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
9日(木)	精神回復者会(若葉会)	10:00～12:00	希望される方	牡鹿保健福祉センター (清優館)
10日(木)	ダンベル体操	13:30～15:00		
29日(火)	言語相談会	回覧文書をご覧ください	脳卒中などの後遺症のある方	
22日(火)～25日(金) 29日(火)～9月1日(金)	胃がん検診	通知をご覧ください	30歳以上の方	通知をご覧ください

石巻保健福祉事務所 (石巻保健所)

とき	内容	受付時間	会場	対象	申し込み・問い合わせ
8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)	95-1411 (内線352)
22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)	
10日(木)	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)
28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)	

●こころの健康相談

精神科医師による健康相談です。雄勝地区の方ならどなたでも受けることが出来ます。

とき 8月9日(水) 要予約 午後1時30分～3時

ところ 雄勝母子健康センター

担当医師 こだまホスピタル 門間 好道先生

☎ 雄勝総合支所保健福祉課

●メンタルヘルスサポーター研修会

「こころの病」は誰にでも起こりうる病気です。今回のシリーズは「こころってどんな風に育つのか」、「病気がどんなところに隠れているか」、そして「どうつきあっていくのか」をテーマに、当事者と家族を応援するための研修会です。ぜひご参加ください。

定員 50人

ところ 石巻市保健相談センター

1回目 8月8日(火) 13:30～15:30

「こころを育てる～子ども時代の親子関係」
石巻地域子どもセンター 山崎剛所長

2回目 9月7日(木) 13:30～15:30

「思春期のこころ模様」
石巻地域子どもセンター 山崎剛所長

3回目 10月4日(水) 14:00～16:00

医師講話「ひきこもりとこころの病」
講師：青葉病院 永嶋弘道氏

4回目 10月26日(木) 13:30～15:30

「こころの病とどうつきあう？」
どんなふうサポートする？」
赤坂病院精神保健福祉士 小野正生氏

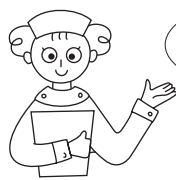
☎・☎ 健康管理課 (内線537)

*研修会の合間に交流体験(地域交流会、石巻悠々の里コスモス、つくしの会)を企画しています。

愛の献血

1日(火)	10:00～17:00	ペアーレ石巻(川開き祭り)	☎ 健康管理課 (内線512)
2日(水)	10:00～16:00	ペアーレ石巻(川開き祭り) ※骨髄バンク登録会もあります。	
6日(日)	10:00～12:00 13:00～15:00	河北アゼリアプラザ	☎ 河北総合支所 保健福祉課 ☎62-2117
13日(日)	10:00～12:00 13:00～16:30	イトーヨーカドー 石巻あけぼの店	☎ 健康管理課 (内線512)
15日(火)	10:00～12:00 13:30～16:00	石巻地区広域消防本部 石巻第一自動車学校	
18日(金)	10:00～12:00 14:30～16:00	河北総合支所 東北電子工業(株)	☎ 河北総合支所 保健福祉課 ☎62-2117

※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。



8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
4日(金)	3歳児健診	12:15~12:45	H15.1~2月生まれ	河北保健センター
7日(月)・8日(火)・17日(木)・18日(金)	基本健診事後指導会	個別通知	基本健診で「要指導・要医療」となった方	河北保健センター 他
9日(水)	育児相談	9:15~ 9:30	H17.12~H18.1月生まれ	河北保健センター
21日(月)	子育てと心の健康相談	13:30~15:00	一般市民	
22日(火)	三種混合予防接種	13:10~14:00	●1期初回 H17年4月~H18年3月生まれ ●1期追加 1期初回接種後概ね1年経過した人	
28日(月)	リハビリ教室	10:30~14:30	脳卒中後遺症者等	
31日(木)	3~4か月児健診 BCG接種	12:15~12:45	H18年4月~5月生まれ	

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
7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
9日(水)	こころの健康相談	13:30~15:00	子育てや、人間関係、家族の認知症等で悩んでいる方	
16日(水)	BCG予防接種	13:00~13:30	生後3か月~6か月未満の児	雄勝病院
30日(水)	三種混合予防接種 麻しん風疹混合予防接種		生後3か月~90か月未満の児 1歳~2歳までの児	
29日(火)	乳児健康診査 すくすく赤ちゃん相談 よちよち相談	12:30~12:40	対象者には、問診票を送付します。	北上保健センター

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
8日(火)	乳児相談	9:30~10:00	H17年12月14日~H18年2月8日生まれ	河南母子健康センター
11日(金)	3~4か月児健診	13:00~13:15	H18年4月1日~H18年4月30日生まれ	桃生保健センター
18日(金)	三種混合予防接種(救済日)	13:00~13:30	H17年6月1日~H17年12月31日生まれ	河南母子健康センター
31日(木)	BCG接種		H18年4月1日~H18年5月31日生まれ	
28日(月)~ 9月21日(木)まで 土日祝日除く	基本健康診査 肺がん検診 結核検診 肝炎ウイルス検診 前立腺がん検診 大腸がん検診	個別通知 (詳細については チラシをご覧ください)	40歳以上 65歳以上 40・45・50・55・60・65・70歳の方 50歳以上の男性 40歳以上の方	各地区会場

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(水)	女性の健康づくりセミナー	13:00	30~60歳代の女性	桃生保健センター
3日(木)	健康サロン	9:30	どなたでも参加できます	
4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	
	1歳児よちよち相談		生後11か月~1歳児	
8日(火)	食と健康相談	9:00	どなたでも参加できます	
11日(金)	3~4か月児健診	個別通知	生後3~4か月児	
25日(金)	3歳児健診	個別通知	平成15年1月~3月生まれのお子様	
26日(土)・27日(日)	大腸がん検診(採便)		40歳以上の方	
31日(木)	ストレスなんでも相談日	9:00	どなたでも参加できます。	

●食中毒を予防しよう ~0-157、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と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生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しましょう。
- 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。



☎ 健康管理課 (内線266)