

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(水)	B C G接種	13:30～13:45	生後3か月～生後6ヶ月未満の児	北上保健センター
19日(水)	三種混合予防接種		生後3か月～90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
3日(月)	メタボリック予防教室	9:30～	基本健診の結果「要指導」だった方	清優館
	言語交流会	13:00～	脳卒中等で言語に不自由を感じている方	
10日(月)	精神障害者回復者会「若葉会」	9:50～	希望者	
12日(水)	離乳食教室	9:50～	希望者	
18日(火)	男の料理教室	9:30～	男性の希望者	
10日(月)・27日(木)	ダンベル体操	13:00～	希望者	

※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
11日(火)・25日(火)	H I V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)		
19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)
28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)		
13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



5日(水)	10:00～12:00	石巻警察署	問 健康管理課 ☎95-1111 (内線639)
	13:30～16:30	マルハン石巻店	
8日(土)	10:00～12:00	インフォメーションプラザ(物産観光協会) ※骨髄バンク登録会があります	問 桃生保健センター ☎76-3360
	13:30～16:00	ものふれあい祭り(桃生植立山公園) ※骨髄バンク登録会があります	
9日(日)	10:00～12:00	渡波公民館	問 健康管理課 ☎95-1111 (内線639)
	13:00～15:30	※骨髄バンク登録会があります	
12日(水)	13:30～16:00	ウジエスーパー 石巻山下店	
22日(土)	10:00～12:00	イオン石巻ショッピングセンター(蛇田)	問 健康管理課 ☎95-1111 (内線639)
	13:00～17:00	(※18歳以上は400ml献血のみ) ※骨髄バンク登録会もあります。	
26日(水)	10:00～12:00	㈱堀尾製作所	
	13:30～16:00	三和工業	問 河南総合支所 保健福祉課 ☎72-2111
28日(金)	10:00～12:00	あさひ電子 ㈱	

※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)

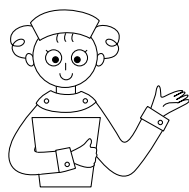
心理カウンセラーによる心の相談会

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。プライバシーは守られますのでお気軽にご相談ください。(予約制)

と き 9月18日(火) 午後1時～
と ころ 石巻市保健相談センター
担 当 心理カウンセラー
今野 廣子先生

問・問 健康管理課 (内線537)





9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(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	河北保健センター
6日(木)	B C G接種	13:00~13:30	平成19年4月~5月生まれ	
10日(月)	ダンベル講習会	13:30~15:30	一般市民	
11日(火)	2歳児歯科健診	12:30~12:45	平成17年2月~3月生まれ	北上保健センター
14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)	河北保健センター
25日(火)	1歳6か月児健診	12:30~12:45	平成18年1月~2月生まれ	北上保健センター
27日(木)	ダンベル講習会	13:30~15:30	一般市民	河北保健センター

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
5日(水)	B C G接種		生後3か月~6か月未満の児	
12日(水)	麻しん・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) ※麻しんおよび風しんに罹患した方は接種できません。	雄勝病院
12日(水)・26日(水)	ダンベル教室	10:00~	どなたでも参加できます	雄勝総合支所3F
26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

※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
6日(木)	麻しん・風しん混合予防接種	13:00~13:30	H18年5月1日~8月31日生まれ	河南母子健康センター
12日(水)	三種混合予防接種		H17年6月1日~12月31日生まれ	
13日(木)	1歳6か月児健診	12:30~12:45	H18年1月1日~2月15日生まれ	
20日(木)	1歳児よちよち相談	9:15~9:30	H18年7月・8月生まれ	遊楽館 アリーナ
26日(水)	みんなの楽しくダンベルクラブ		一般市民	
27日(木)	2歳児歯科健診	12:30~12:45	H17年2月16日~3月31日生まれ	桃生保健センター
27日(木)	三種混合予防接種	13:00~13:30	H19年1月1日~5月31日生まれ	河南母子健康センター
8月27日(月)~ 9月25日(火)まで (土日祝日を除く)	基本健康診査	個別通知(詳細については、後日配布のチラシをご覧ください。)	40歳以上の方	各地区会場
	肺がん検診		40歳以上の方	
	結核検診		65歳以上の方	
	肝炎ウイルス検診		40歳の方、または検診対象者でH14~18年までに受診されなかった方	
	大腸がん検診		40歳以上の方	
前立腺がん検診	50歳以上の男性			

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
5日(水)	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
10日(月)	健康サロン	9:30~	どなたでも参加できます	
13日(木)	健康ダンベル体操	9:00~		
18日(火)	1歳児よちよち相談	個別通知	生後11か月~1歳児	桃生保健センター
	育児相談		生後7か月児	
	ママのホットティータイム		生後1~2か月児の母親	
20日(木)	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	
28日(金)	健康ダンベル体操	13:30~	どなたでも相談できます	

※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。