



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
9日(休)	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(ひまわり)
14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	
15日(火)	1歳6か月児健診	12:30~12:45	H18年11月~12月生まれ	
23日(水)~25日(金)	総合健診	個別通知	個別通知	各地区会場
29日(火)	2歳児歯科健診	12:30~12:45	H17年12月~H18年1月生まれ	北上保健センター(ひまわり)

※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。

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
23日(水)	精神障害者回復者会「若葉会」	8:50	希望者	牡鹿保健福祉センター (清優館)
31日(水)	個別健康・栄養相談	9:30	希望の方は電話で予約ください	

※牡鹿地区の乳幼児健診・相談の日程・内容については、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)

*各会場 石巻保健所

とき	内 容	受付時間	備 考	申し込み・問い合わせ
8日(水)・22日(水)	HIV検査	13:00~15:00	プライバシーは守ります。匿名でもかまいません(要予約)	95-1430
	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)	
24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
25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)	
18日(金)	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

2日(水)	10:00~12:00	スーパーセンター ステップワン	☎ 河南総合支所 保健福祉課 ☎72-2094
	13:30~16:00	宮城県河南高等学校	
3日(木)	10:00~12:00	宮城県石巻工業高等学校	☎ 健康推進課 ☎95-1111 (内線639)
	13:30~16:00	ヨークベニマル 蛇田店	
	14:00~16:00	ウジエスーパー 石巻山下店	
4日(金)	9:30~11:30	榊山内組	☎ 北上保健センター ひまわり ☎67-2301
	13:00~16:00	北上総合支所	
13日(日)	10:00~12:00	イトーヨーカ堂	☎ 健康推進課 ☎95-1111 (内線639)
	13:00~17:00	石巻あけぼの店	
26日(土)	10:00~12:00	イオン 石巻ショッピングセンター(蛇田)	☎ 健康推進課 ☎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。	

※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。

親子ピクス参加者募集

http://www.geocities.jp/oyakobics_ishinomaki/index.html

現役助産師さんが講師。子どもに馴染みのある童謡や音楽に合わせて、子どもと触れ合いながら、楽しく全身の筋肉を動かす有酸素運動です。

と き 7月9日(水)、25日(金)・8月6日(水)、29日(金)
9月10日(水)、26日(金) 午前10時30分~

と ころ 市保健相談センター(2階指導室)

対 象 生後2か月から未就園児までの親子
(妊婦さんでも安定期に入れば大丈夫)

持 ち 物 汗拭きタオル、水分補給用のお茶か水
動きやすい服装

参加費 400円(ひと家族何人でも)

申 込 方法 開催日の前日まで下記申し込み先へご連絡ください。

☎・☎ 親子ピクスの会 ☎76-1172(佐藤まで)
Eメール oyakobics_ishinomaki@yahoo.co.jp



オストメイト相談会を開催します

と き 7月5日(土) 午後1時~4時

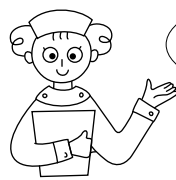
と ころ 保健相談センター

対 象 県内のオストメイト(人工肛門・人工膀胱保有者)および家族

内 容 術後のケア、装具、社会生活、福祉制度などの相談

☎ 社日本オストミー協会宮城県支部 ☎・FAX0228-32-4234





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
1日(火)・2日(水)	特定健診	個別通知	国保加入者で40歳以上74歳までの方	各地区会場
	健康診査		75歳以上の方	
	結核検診		65歳以上の方	
	肺がん検診		40歳以上の方	
	前立腺がん検診		50歳以上の男性	
	肝炎ウイルス検診		40歳以上で今まで検診を受けたことのない方	
3日(木)	BCG接種	13:00~13:30	H20年2月~H20年3月生まれ	河北保健センター
9日(水)	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育児している親または日中保育者	
11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)	
14日(月)・28日(月)	ダンベル講習会	13:30~15:30	一般市民	
15日(火)	三種混合予防接種	13:00~13:30	1期初回：生後3か月~12か月までの児 1期追加：1期3回目接種後概ね1年経過した方	
24日(木)	骨粗しょう症検診	個別通知	40、45、50、55、60、65、70歳の女性	河北総合センター(ビッグバン)
29日(火)・30日(水)	麻しん・風しん混合予防接種	13:00~13:30	3期：中学1年生相当の方 (H7年4月2日~H8年4月1日生まれ)	河北保健センター

※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	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(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
16日(水)	BCG予防接種		生後3か月~6か月未満の児	
2日(水)・16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
22日(火)~31日(木)	麻しん・風しん混合予防接種	13:00~13:30	3期：中学1年生相当の方 (H7年4月2日~H8年4月1日生まれ) 4期：高校3年生相当の方 (H2年4月2日~H3年4月1日生まれ)	雄勝病院・班目病院
23日(水)・30日(水)	二種混合予防接種	13:00~13:30	H8年4月2日~H9年4月2日生まれ	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、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
3日(木)	3歳児健診	12:30~12:45	H16年11月16日~12月31日生まれ	河南母子健康センター
9日(水)	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	
14日(月)	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
18日(金)	3~4か月児健診	12:45~13:00	H20年3月1日~4月15日生まれ	桃生保健センター
23日(水)	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
24日(木)	1歳6か月児健診	12:30~12:45	H18年11月16日~12月31日生まれ	河南母子健康センター
25日(金)	1歳児よちよち相談	9:15~ 9:30	H19年5月~6月生まれ	

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
9日(水)	健康ダンベル体操	9:30~	どなたでも参加できます	桃生保健センター
10日(木)	健康サロン			
		こころの健康づくり相談会	13:30~	
16日(水)	7~8か月児すくすく相談	10:00~10:15	H19年10月14日~12月16日生まれ (個別通知)	
23日(水)	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。

心の健康づくり講演会「うつとの上手なつきあい方」

入場
無料

◇とき 7月18日(金) 午後1時30分~3時30分 (午後1時開場) ◇ところ 河北総合センター(ビッグバン)

◇講師 財宮城県精神障害者救護会 国見台病院 院長 岩館敏晴先生

気分の落ち込みは、家庭でも職場でも、誰にでも起こることです。
それをこじらせないためには、どんなことに気をつけていけばよいのでしょうか。
「上手なつきあい方」を、ぜひ、聞いてみませんか。

申 河北総合支所保健福祉課 ☎62-2117

