



北上地区

北上保健センター ☎67-2301

とき	内容	受付時間	対象	会場
1日(水)	麻疹・風しん予防接種	13:30~13:45	1期：生後12か月~24か月の児 2期：5歳以上7歳未満(小学校就学前の1年間にある方)	北上保健センター (ひまわり)
6日(月)	いきいきダンベルセミナー	9:30~11:30	どなたでも参加できます	
7日(火)	3歳児健診	12:30~12:45	平成17年3月~4月生まれ	
8日(水)	ポリオ予防接種	13:30~13:45	生後90か月までに2回接種を受けていない児	
17日(金)	乳がん・骨粗しょう症検診	個別通知	乳がん：30歳~39歳の女性、40歳以上の女性(偶数の年) 骨粗しょう症：40・45・50・55・60・65・70の女性(節目年齢)	
22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(木)	すくすく赤ちゃん相談	9:30~9:45	H20年3月~4月生まれ	
	よちよち相談	12:30~12:45	H19年9月~10月生まれ	
28日(火)	3~4か月児健診	12:30~13:45	H20年6月~7月生まれ	

※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、橋浦診療所に電話(☎67-2051)で予約して受けてください。

牡鹿地区

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
1日(水)	心の健康づくり講演会	13:30	医師講話「うつについて」こだまホスピタル門間好道医師	牡鹿保健福祉センター 「清優館」
8日(水)	精神障害者回復者クラブ「若葉会」	8:50	希望者	
10日(金)	ポリオ予防接種	12:20~12:30	初回：H20年1月1日~6月30日生まれ 2回目：H19年7月1日~12月31日生まれ 前回未接種の方	
29日(水)	離乳食教室	10:00~10:15	おおむね3か月~1歳児の保護者	

※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欄ください。

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
14日(水)・28日(水)	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)	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)	
7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
17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)	
27日(月)	引きこもり思春期相談	10:00~15:00	16歳~29歳の方の心の問題についての相談(要予約)	



愛の献血

1日(水)	10:00~12:00 13:30~16:00	協業組合石巻浄化槽管理センター (株)ヤマニシ	健康推進課 ☎95-1111 (内線639)
6日(月)	10:00~12:00 13:00~16:30	ヨークベニマル大街道店	
10日(金)	10:00~12:00 13:30~16:00	石巻地方広域水道企業団 宮城県トラック協会石巻支部	河北総合支所 保健福祉課 ☎62-2117
17日(金)	10:00~12:00	上品の郷・道の駅	
19日(日)	10:00~12:00 13:00~15:00	石巻市魚市場(大漁まつり)	健康推進課 ☎95-1111 (内線639)
25日(土)	10:00~12:00 13:00~16:30	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。	
27日(月)	10:00~12:00	国土交通省東北地方整備局 北上川下流河川事務所	健康推進課 ☎95-1111 (内線639)
31日(金)	10:00~12:00	ヨークベニマル石巻蛇田店	

※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。

大腸がん検診

10月1日(水)から
始まります。

対象者 40歳以上の方

申し込みした方には、順次検診票と容器を配布します。
検診期間を確認の上、検診実施医療機関で受診してください。
対象者で申し込みしていない方、検診期間内に受診できない方は、下記までご連絡ください。

※対象年齢は平成21年3月31日現在を基準としています。

健康推進課(内線476)

高齢者インフルエンザ予防接種 石巻地区対象

10月から公費負担による予防接種を行います。(日程などの詳細はお問い合わせください)

対象 ①65歳以上の方 ②60歳以上65歳未満で心臓
腎臓・呼吸器に重い障害があり、医師の診断書ま
たは身体障害者福祉手帳の写しを提示できる方

ところ 旧石巻市内および東松島市の医療機関

※予防接種を実施していない医療機関もありますので必ず確認してください。

自己負担金 1,000円 健康推進課(内線340)

第2弾

メンタルヘルス講演会

演題「さらに新しい自分を発見してみませんか」

とき 10月30日(木) 午後1時30分~

ところ 石巻文化センター 第4研修室(2F)

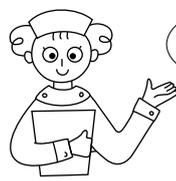
講師 心理カウンセラー 今野廣子先生

定員 100人

※毎日の生活の中で自分を好きになるどころか嫌いになったり、自分なんかと意固地になったりしていませんか。

昨年好評だったお話を新たなエッセンスを加えてのお話です。

健康推進課(内線537)



10月の

健康

河北地区

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
6日(月)	「子育て」と「こころの健康」相談会	13:30~14:30	一般市民 (要予約)	河北保健センター
9日(木)~28日(土)(日除く)	胃がん検診	個別通知	30歳以上の方	各地区会場
10日(金)	ダンベル講習会	13:30~15:30	一般市民	河北総合センター(ビッグバン)
	三種混合予防接種	13:00~13:30	1期初回：生後3か月~12か月の児 1期追加：1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
15日(水) 16日(木)	ポリオ予防接種		1回目：H19年12月~H20年5月生まれ 2回目：H19年6月~H19年11月生まれ	
22日(水)	ヘルシー栄養セミナー	9:30~12:00	河北地区住民 (おおむね40~64歳)	河北総合センター(ビッグバン)
27日(月)	ダンベル講習会	13:30~15:30	一般市民	河北保健センター

※河北地区の乳幼児健診の日程・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。

雄勝地区

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
15日(水)・22日(水)	三種混合予防接種			
1日(水)	BCG予防接種	13:00~13:30	生後3か月~90か月未満の児 生後3か月~6か月未満の児	雄勝病院
8日(水)	麻しん・風しん予防接種		1期：生後12か月~24か月の児 2期：5歳以上7歳未満の児 (小学校就学前の1年間にある方)	
17日(金)	ポリオ予防接種		対象者には事前通知します	
20日(月)・21日(火)	乳がん検診	個別通知	30歳~39歳の女性で検診の申し込みをされた方、および 40歳以上の奇数年齢の女性で申し込みをされた方	雄勝公民館
1日(水)・15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
1日(水)~3日(金)・6日(月)	健診結果個別相談会	9:00~11:00 13:30~15:00	どなたでも参加できます。健診結果をご持参ください	問い合わせください

※雄勝地区の乳幼児健診の日程・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。

河南地区

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
2日(水)	3歳児健診	12:30~12:45	H17年2月16日~3月31日生まれ	河南母子健康センター
6日(月)	ジフテリア・破傷風 二種混合予防接種	13:20~13:50	小学6年生 前谷地・鹿又小学校	
7日(火)			小学6年生 広洲・和洲小学校	
8日(水)			小学6年生 北村・須江小学校	
17日(金)	6~8か月乳児相談	9:15~ 9:30	H20年2月21日~4月17日生まれ	
20日(月)~11/19(水) (日曜・祝日を除く)	子宮がん検診	個別通知(詳細については、後日配布する通知をご覧ください)		指定医療機関
21日(火)	三種混合予防接種	13:00~13:30	H20年1月1日~5月31日生まれ	河南母子健康センター
23日(木)	1歳6か月児健診	12:30~12:45	H19年2月16日~3月31日生まれ	河南母子健康センター
24日(金)	3~4か月児健診	12:45~13:00	H20年6月1日~7月15日生まれ	桃生保健センター
28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
30日(木)	こころの健康相談	13:15~13:30	どなたでも相談できます (要予約)	河南母子健康センター
31日(金)	BCG接種	13:00~13:30	H20年6月1日~7月31日生まれ	

桃生地区

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
2日(水)	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
7日(火)~9日(木)	乳がん検診	個別通知	30歳~39歳の女性・40歳以上の奇数年齢の女性	
10日(金)	健康ダンベル体操	9:30~	どなたでも参加できます	
15日(水)	1歳児よちよち相談	10:00~	H19年7月11日~H19年9月19日生まれ	
20日(月)	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。

こころの健康相談

精神科医師による
健康相談

とき 10月15日(水) 午後1時30分~3時
 ところ 雄勝母子健康センター
 対象 雄勝地区一般住民
 担当医師 こだまホスピタル 門間好道先生
 問・関 雄勝総合支所保健福祉課 ☎57-3611

要予約

女性医師による女性の健康相談

思春期や更年期に伴う身体的・精神的不調、家庭や職場でのストレスなどで悩んでいる女性の相談

とき 10月25日(土) 午後2時~5時
 ところ 市内 (予約時にお知らせします)
 * 仙台会場 (エルソーラ仙台) での相談をご希望の方は、
 宮城県女医会女性の健康相談室予約専用電話090(5840)1993
 (受付時間: 土・日・祝日を除く午前9時~午後5時) 問 県健康推進課 ☎022(211)2623

完全予約制
相談無料