



11月の

健康コーナー

問 健康推進課 ☎95-1111
各総合支所保健福祉課
河北 ☎62-2117 雄勝 ☎57-3611
河南 ☎72-2094 桃生 ☎76-2111
北上 ☎67-2301 (北上保健センター内)
牡鹿 ☎45-2113 (牡鹿保健福祉センター内)

❖ 乳幼児の健診・相談・各種教室

対象地区	健診・教室名	対 象	と き	受付時間	と ころ
石 巻	3～4か月児健診	H22年7月生まれ	9日(火)・18日(木)・26日(金)	12:45～13:00	市保健相談センター
	1歳児よちよち相談	H21年10月生まれ	9日(火)・22日(月)・24日(水)	9:30～9:45	
	1歳6か月児健診	H21年3月生まれ	2日(火)・11日(木)・19日(金)	12:30～12:45	
	2歳児歯科健診	H20年4月生まれ	5日(金)・10日(水)・16日(火)		
	3歳児健診	H19年5月生まれ	12日(金)・17日(水)・25日(木)		
離乳食教室	5～8か月児の保護者	9日(火)13:30～(受付13:15～) 内容:離乳の進め方のお話 定員:15組(要予約) 申・問 健康推進課(内線2428)			
河北・雄勝 北 上	1歳6か月児健診	H21年3・4月生まれ	16日(火)	12:30～12:45	北上保健センター (ひまわり)
	2歳児歯科健診	H20年4・5月生まれ	30日(火)		
	離乳食教室	3～18か月児の保護者	5日(金)10:00～(受付9:30～) 内容:離乳の進め方・実習 申・問 北上保健センター ☎67-2301		
河 南 桃 生	3～4か月児健診	H22年7月生まれ	26日(金)	12:45～13:00	桃生保健センター
	7～8か月児すくすく相談	H22年3月生まれ	16日(火)	13:15～13:30	河南母子健康センター
	1歳児よちよち相談	H21年10月生まれ		9:30～9:45	
	2歳児歯科健診	H20年4月1日～5月25日生まれ	10日(水)	12:30～12:45	桃生保健センター
	3歳児健診	H19年5月1日～5月31日生まれ	18日(木)	12:15～12:40	河南母子健康センター
牡 鹿	3～4か月児健診	H22年6・7月生まれ	4日(木)	13:15～13:30	牡鹿保健福祉センター (清慶館)
	7～8か月児すくすく相談	H21年9・10月生まれ		12:45～13:00	
	1歳児よちよち相談	H21年2・3月生まれ			
	1歳6か月児健診	H20年3・4月生まれ			
	3歳児健診	H19年4・5月生まれ			

※石巻地区の乳幼児健診 指定日に都合が悪い場合は同じ月内の都合のよい日に受けてください。連絡の必要はありません。翌月または他地区で受けるときは連絡ください。

❖ 相 談

相 談 名	内 容	と き	時 間	と ころ	申 ・ 問
健康相談	生活習慣病予防など健康に関すること何でも	月～金 (祝日を除く)	8:30～17:00	健康推進課	健康推進課(内線2425)
育児相談	子どもの健康に関すること何でも				健康推進課(内線2423)
こころの電話相談	不安・焦燥感・ストレス・依存症などこころの悩みについての電話相談				健康推進課(内線2421)
母子手帳交付・ 相談(石巻地区)	[すてきなママになるなる講座] 母子健康手帳および妊婦健診助成券交付 妊娠・出産・育児に関する相談 (所要時間 1時間程度)	月曜日	受付 13:30～13:40	市役所3階 多目的ホール	健康推進課(内線2423)
		木曜日	受付 10:00～10:10		
栄養相談	食事と栄養に関すること何でも(要予約)	1日(月)	10:00～12:00	市保健相談 センター	健康推進課(内線2428)
歯科相談	むし歯のチェック、歯周病予防など歯に関すること何でも(要予約)		13:00～15:00		健康推進課(内線2417)

※各総合支所保健福祉課でも、各種相談および母子手帳交付・相談を随時(8:30～17:00)行っています。

❖ 心理カウンセラーによる心の相談会 要予約

と き	と ころ	担 当	申 ・ 問
4日(木)13:00～	河南母子健康センター	樋 口 広 思 先生	河南 保健福祉課 ☎72-2094
10日(水)14:00～	牡鹿保健福祉センター(清慶館)	門 間 好 道 先生	牡鹿 保健福祉課 ☎45-2113
11日(木)・25日(木) いずれも13:00～	市保健相談センター	今 野 廣 子 先生	健康推進課(内線2421)
12日(金)13:30～	河北総合支所	大 江 加 寿 子 先生	河北 保健福祉課 ☎62-2117

不眠・不安感・ストレス・イライラ・依存症等こころ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!

※精神障害者回復者クラブを各地区で開催中です。健康推進課・各総合支所保健福祉課にお問い合わせください。

❖ 東部保健福祉事務所(石巻保健所)

ところ 石巻保健所

相 談 ・ 教 室 名	内 容	と き	受付時間	申 ・ 問
骨髄バンク登録	骨髄バンクの登録を受け付けます(要予約)	9日(火)・	9:30～10:45	☎95-1430
HIV検査	プライバシーは守ります。匿名でも構いません(要予約)	24日(水)	13:00～15:30	
医師による心の相談	心の健康に関する専門相談(要予約)	16日(火)	13:30～16:00	☎95-1431
アルコール関連相談	アルコール関連問題(ギャップル依存も)で困っている本人や家族の専門相談(要予約)	19日(金)	10:00～15:30	
社会的ひきこもり専門相談	16歳から29歳までの心の問題についての専門相談(要予約)	18日(木)	10:00～15:00	

*仙台いのちの電話 ☎022-718-4343(24時間年中無休) 毎月10日「自殺予防いのちの電話」☎0120-738-556(8:00～翌朝8:00)

❖ 予防接種

対象地区	予 防 接 種 名	今月の該当児	と き	受付時間	と ころ
石巻	ジフテリア・百日せき・破傷風（三種混合）	H22年7・8月生まれ	予診票は、個人通知します。市内指定医療機関に予約し受けてください。		
	麻しん・風しん	下表の予防接種対象者			
	BCG	H22年7・8月生まれ			
	ジフテリア・百日せき・破傷風（二種混合）	小学校6年生の児童			
河北	BCG	生後3か月～6か月未満	4日(木)	13:00～13:30	河北保健センター
	麻しん・風しん	下表の1・2期予防接種対象者	18日(木)		
	ジフテリア・百日せき・破傷風（三種混合）	生後3か月～90か月未満	25日(木)		
雄勝	ジフテリア・百日せき・破傷風（三種混合）	生後3か月～6か月未満	10日(水)	13:00～13:30	雄勝病院
	BCG	生後3か月～6か月未満	17日(水)		
河南	ジフテリア・百日せき・破傷風（三種混合）	H22年1月1日～5月31日生まれ	11日(木)	13:00～13:30	河南母子健康センター
桃生	ジフテリア・百日せき・破傷風（三種混合）	生後3か月～90か月未満	個別接種となりますので、市内指定医療機関に予約し受けてください。予診票は、一括配布済みですが、紛失などの場合は、桃生・保健福祉課（☎76-2111）にご連絡ください。		
	BCG	生後3か月～6か月未満			
	麻しん・風しん	下表の予防接種対象者			
	ポリオ	1回目 H22年1～6月生まれ 2回目 H21年7～12月生まれ			
北上	ジフテリア・百日せき・破傷風（三種混合）	生後3か月～90か月未満	24日(水)	13:30～13:45	北上保健センター（ひまわり）
	BCG	生後3か月～6か月未満	個別接種になりますので、生後6か月を迎える前々日まで橋浦診療所（☎67-2051）に予約し受けてください。		
牡鹿	ジフテリア・百日せき・破傷風（三種混合）	生後3か月～90か月未満	予診票は、個人通知します。市内指定医療機関に予約し受けてください。		
	BCG	生後3か月～6か月未満			
	麻しん・風しん	下表の予防接種対象者			

※予診票は個人通知します。詳しいことは予診票をご覧ください。通知書が届いていない方、転入した方はご連絡ください。

予防接種名	対 象 者	回数
麻しん	1期 生後12か月～24か月未満	1回
	2期 小学校就学前の1年間にある方 (H16年4月2日～H17年4月1日生まれ)	1回
風しん	3期 中学校1年生に相当する方 (H9年4月2日～H10年4月1日生まれ)	1回
	4期 高校3年生に相当する方 (H4年4月2日～H5年4月1日生まれ)	1回

日本脳炎予防接種（第1期）

対象者 平成18年5月2日～平成19年5月1日生まれの方（平成22年5月1日現在の3歳児）

上記対象者以外の方で接種希望の方はご相談ください。

☎ 健康推進課（内線2415）・各総合支所保健福祉課

❖ ダンベル講習会など

対象地区	講 習 会 など	と き	と ころ
河北	ダンベル講習会	22日(月) 13:30～	河北保健センター
雄勝	玄米ダンベル教室	24日(水) 9:30～	雄勝公民館
河南	みんなの楽しくダンベルクラブ	30日(火) 9:30～	遊楽館アリーナ
桃生	健康サロン（65歳以上）	4日(木) 9:30～	桃生保健センター
	健康ダンベル体操	11日(木) 13:30～	
牡鹿	ダンベル会	10日(水) 13:00～・24日(水) 9:30～	牡鹿保健福祉センター（清優館）

どなたでも参加できます。
詳しくは、各地区担当まで。

❖ 特定健康診査・健康診査・各種検診など

対象地区	内 容	と き	と ころ
石巻	・大腸がん検診（40歳以上の方）	12月3日(金)まで	受診票および検診票を確認してください。
	・体の不自由な方の健診・・・特定健診と肺がん・結核検診、前立腺がん検診、大腸がん検診が受けられます。対 象 車いす、松葉づえで移動できる方（付添の方が必要です） ※希望する方は、健康推進課に申し込みください。	30日(火) 受付13:00～13:30	市保健相談センター
河北	・結核二次検診（65歳以上で結核検診を受けていない方）	22日(月) 10:00～11:00	河北総合支所
雄勝	・乳がん検診	9日(火)・10日(水)	雄勝公民館
河南	・子宮がん検診（個別検診 20歳以上の女性）	17日(水)まで	指定医療機関
	・胃がん検診（未検者）	2日(火)	河南母子健康センター
	・結核検診（未検者）	22日(月)	
桃生	・結核、肺がん二次検診（65歳以上で結核検診を受けていない方 40～64歳で肺がん検診（胸部レントゲン検査）を希望する方）	9日(火) 受付16:00～18:00	桃生公民館
北上	・乳がん検診	1日(月)・2日(火)	北上保健センター（ひまわり）

申し込みした方には、個別に通知しますので、時間や場所を確認の上、受診してください。
なお、申し込みをしていない方で受診を希望する方は、対象地区の問い合わせ先までご連絡ください。
※ 対象年齢は平成23年3月31日現在を基準としています。

女性医師による女性の健康相談（完全予約制・相談無料）

女性医師が、思春期や更年期の身体的・精神的不調、課程や職場でのストレスなどで悩んでいる女性の相談に応じます。

※移動相談 石巻市

と き 11月6日(土) 午後2時～5時

と ころ 石巻市内 予約時にお知らせします。

予約専用電話 ☎ 090-5840-1993 宮城県女医会女性の健康相談室

受付時間 午前9時～午後5時（土日・祝を除く）

☎ 宮城県健康推進課 ☎ 022-211-2623

