



※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
9日(木)	三種混合予防接種	13:30~14:00	生後90か月までに初回接種3回および追加接種1回を受けていない人	北上保健センター
16日(木)	BCG予防接種		H18年6月~7月生まれ 生後6か月までに接種を受けていない人	
21日(火)	3歳児健診	12:30~12:40	H15年2月~5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
2日(木)	ポリオ予防接種	12:45~	(1回目) H18年1月~6月生まれ (2回目) H17年7月~12月生まれ	牡鹿保健福祉センター (清優館)
4日(土)~6日(月)	大腸がん検診	通知をご覧ください	40歳以上の方	
7日(火)	寄磯地区糖尿病教室	9:30~15:00	寄磯地区の糖尿病歴のある方、希望される方	寄磯診療所
	高齢者の健康づくり教室(谷川地区)	10:00~11:30	谷川・大谷川地区の65歳以上の方	牡鹿公民館谷川分館
16日(木)	高齢者の健康づくり教室(小網倉地区)	10:00~12:00	小網倉地区の65歳以上の方	小網倉老人憩の家
	子育て講演会(ぐんぐんすくすく) 講師 カウンセラー小山先生			牡鹿保健福祉センター (清優館)
21日(火)	精神回復者会(若葉会) (石巻地区の交流会)	希望される方		
22日(水)	第1回 男の料理教室	9:30~13:00	男性で希望される方	
24日(金)	血液ドロドロ予防教室	9:30~11:30	基本健診で「要指導」となった方	
12月1日(金)	離乳食教室	9:30~13:00	3か月~1歳6か月の子どもの保護者の方	

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
14日(火) 28日(火)	HIV検査 骨髄バンク登録	13:00~14:00 9:30~11:00	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)
27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)	
17日(金)	アルコール関連相談	10:30~15:45		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)	95-1431 (直 通)



石巻市立病院

健康コラム

腸閉塞へいそく?



市立病院 外科部長
内山 哲之

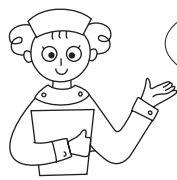
腸閉塞は、物理的に通過障害が起る機械的腸閉塞と、腸運動が停止することでおこる機能的腸閉塞の二つに大きく分類され、原因は様々です。紙面の都合上、今回は開腹手術後に発症する癒着性の機械的腸閉塞についてお話しします。

「癒着」というものは、手術後の生体反応として必ず起きています。そのなかで腸の屈曲やねじれなどが生じた場合にのみ腸閉塞になります。多くの場合は、手術せずに保存的な方法で治りますが、場合により緊急手術を要するような重症になることもありま

す。開腹手術歴のある方全体からすると、その頻度は決して高くなく、手術を受けたことがあるからといって、あまり神経質になる必要はありませんが、暴飲暴食をしない、規則正しくバランスの取れた食生活を心がける、適度な運動をする、便秘を整えるとい

ったことに留意されることをお勧めします。特に一度でも腸閉塞の診断を受けて治療を受けた事がある方は、より慎重に考えた方がよいでしょう。

腸閉塞を疑わせる症状としては、腹痛・腹部膨満感・吐き気・便秘・おならがでない、というものが挙げられます。この中で最も注意すべき自覚症状は、腹痛の程度と便秘・おならが出ないという症状です。たとえば、軽い腹痛で、お腹が張る感じがしてもおならがきちんと出ていれば、それほど慌てる必要はありません。ただ、自覚症状が腸閉塞を疑わせるものならば、できるだけ早く医療機関を受診しましょう。症状とレントゲン写真でほぼ診断が可能ですので、必ずしも総合病院を受診する必要はなく、心配な症状があったらまず最寄りのかかりつけの先生に相談してみてください。



11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(水)	1歳6か月児健診	12:15~12:45	H17年3月~4月生まれ	河北保健センター
7日(火)	2歳児歯科健診		H16年3月~4月生まれ	
13日(月)	子育てと心の健康相談	13:30~15:00	どなたでも相談できます(要予約)	
14日(火)・27日(月)	ダンベル講習会	13:30~15:30	一般市民	
15日(水)・16日(木)	三種混合予防接種	13:10~14:00	1期初回：H18年2月~5月生まれ 1期追加：1期初回接種後概ね1年経過した人	
24日(金)	麻しん・風しん混合予防接種		1期：H17年7月19日~11月24日生まれ 2期：H12年4月2日~H13年4月1日生まれ	
27日(月)	もぐもぐ・ゴックン離乳食教室		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	
30日(木)	1歳児よちよち相談	9:15~9:30	H17年10月~11月生まれ	
8日(水)・22日(水)	操体法講座	19:00~20:30	一般市民	ビッグバン
10日(金)・24日(金)	ヘルスアップセミナー(腹凹教室)	13:00~15:00	64歳以下の男女で申込をされた方	(河北総合センター)

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
6日(月)	心の悩み相談日	13:00~15:00	心の悩みがある方	雄勝母子健康センター
8日(水)	B C G 予防接種	13:00~13:30	生後3か月~6か月未満の児	雄勝病院
15日(水)・22日(水)	三種混合予防接種		生後3か月~90か月未満の児	
21日(火)	1歳6か月児健診	12:50~13:00	H17年1~4月生まれ	雄勝母子健康センター
	2歳児歯科健診		H16年2~5月生まれ	
10日(金)	おいしい栄養教室	9:30~14:00	栄養教室に興味のある一般市民15名程度	雄勝公民館

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
9日(木)	1歳児よちよち相談	9:15~9:30	H17年9月・10月生まれ	河南母子健康センター
13日(月)	2歳児歯科健診	12:30~13:00	H16年2月11日~6月13日生まれ	
16日(木)	3~4か月児健診	12:45~13:00	H18年7月生まれ	
27日(月)	三種混合予防接種	13:00~13:30	H18年1月生まれ~5月生まれ	

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
1日(水)	食と健康相談	9:00	どなたでも参加できます	桃生保健センター
6日(月)	健康サロン	9:30		
7日(火)	こころの健康づくり相談会	13:30(要予約)		
10日(金)	ポリオ予防接種	13:00		
14日(火)	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	河南母子健康センター
	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	
16日(木)	3~4か月児健診	13:00	H18年7月生まれ	河南母子健康センター
24日(金)	3歳児健診	12:30	H15年4月~6月生まれ	桃生保健センター
30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	

愛の献血

1日(水)	10:00~12:00	石巻浄化槽管理センター	健康管理課 (内線512)
	13:30~16:00	日本製紙株式会社	
6日(月)	10:00~12:00	J A いしのまき本店	健康管理課 (内線512)
	10:00~12:00	ウジエスーパー石巻山下店	
8日(水)	14:30~16:30	宮城県石巻市文館高等学校(旧石巻女子高等学校)	健康管理課 (内線512)
	10:00~11:30	J A いしのまき桃生中央支店	
9日(木)	13:00~16:00	桃生総合支所	健康管理課 (内線512)
	10:00~12:00	ヨークベニマル石巻蛇田店	
12日(日)	13:30~16:30	石巻市立女子高等学校	健康管理課 (内線512)
	10:00~12:00	河北アゼリアプラザ	
14日(火)	9:00~12:00	※骨髄バンク登録会もあります。	健康管理課 (内線512)
	10:00~12:00	宮城県石巻工業高等学校	
15日(水)	14:00~16:30	東北電力株式会社石巻営業所	健康管理課 (内線512)
	13:00~15:00	牡鹿公民館	
	14:00~16:30	ヨークベニマル大街道店	
26日(日)	14:00~16:30	みやぎ生協石巻大橋店	健康管理課 (内線512)
	9:00~12:00	社説総合支所保健福祉課	
15日(水)	13:00~15:00	社説総合支所保健福祉課	健康管理課 (内線512)
	10:00~12:00	イトーヨーカドー石巻あけぼの店	
26日(日)	13:00~16:30	※骨髄バンク登録会もあります。	健康管理課 (内線512)
	10:00~12:00	健康管理課	

※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。

●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、家庭や職場のストレスなどで悩んでいる女性の相談に応じます。(完全予約制・相談無料)

相談日 毎週土曜日(午後2時~5時)

ところ 仙台市医師会館(仙台市若林区舟丁64-12)

移動相談 石巻市 11月25日(土) 午後2時~5時
※場所は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

詳しくは、県健康対策課 ☎022-211-2623