



8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4月生まれ	12日(木)・20日(金)・31日(火)	12:45～13:00	市保健相談センター
	1歳児よちよち相談	H21年7月生まれ	5日(木)・9日(月)・23日(月)	9:30～9:45	
	1歳6か月児健診	H20年12月生まれ	6日(金)・10日(火)・25日(水)	12:30～12:45	
	2歳児歯科健診	H20年1月生まれ	4日(水)・24日(火)・26日(木)		
	3歳児健診	H19年2月生まれ	11日(水)・19日(木)・27日(金)		
離乳食教室	5～8か月の保護者の方	3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	3歳児健診	H19年1・2月生まれ	3日(火)	12:30～12:45	北上保健センター (ひまわり)
	すくすく赤ちゃん相談	H22年1・2月生まれ		9:30～9:45	
	1歳児よちよち相談	H21年7・8月生まれ	17日(火)	12:30～12:45	
	3～4か月児健診	H22年4・5月生まれ	24日(火)		
河 南 桃 生	3～4か月児健診	H22年4月生まれ	20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	H21年12月生まれ	12日(木)	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7月生まれ		9:30～9:45	
	2歳児歯科健診	H19年12月21日～H20年2月15日生まれ	4日(水)	12:30～12:45	桃生保健センター
	3歳児健診	H19年1月16日～3月15日生まれ	19日(木)	12:15～12:40	河南母子健康センター

❖ 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)	9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
6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
26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
26日(木) 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)

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)	10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(火)	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)	17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(ギャンブル依存も)で困っている本人や家族の専門相談(要予約)	20日(金)	10:00～15:30	

※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)

※石巻「たんぼぼの会」: 自死で家族や身近で大切な人を亡くした方々の集いです。

とき 8月21日(土)午後2時～ ところ 市保健相談センター 問 全国自死遺族連絡会 ☎・FAX 022-717-5066

❖ 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4・5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4・5月生まれ			
河北	ジフテリア・破傷風（二種混合）	小学校6年生の児童	4日(水)・5日(木)	13:00~13:30	河北保健センター
	麻しん・風しん	下表の4期予防接種対象者	18日(水)・19日(木)		
雄勝	ジフテリア・破傷風（二種混合）	小学校6年生の児童	4日(水)	13:00~13:30	雄勝病院
	麻しん・風しん	下表の予防接種対象者	11日(水)		
	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	25日(水)		
河南	麻しん・風しん	H16年4月2日~9月30日生まれ	10日(火)	13:00~13:30	河南母子健康センター
		H16年10月1日~H17年4月1日生まれ	25日(水)		
		H21年5月31日~8月30日生まれ	31日(火)		
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			
北上	麻しん・風しん	下表の1期・2期予防接種対象者	4日(水)	13:30~13:45	北上保健センター（ひまわり）
	ジフテリア・破傷風（二種混合）	小学校6年生の児童	5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	18日(水)		
	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には橋浦診療所（☎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

日本脳炎予防接種のお知らせ

日本脳炎予防接種（第1期）の今年度の対象者は平成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）です。

対象者以外の方で接種希望の方は、健康推進課または各総合支所保健福祉課までご相談ください。

❖ 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	23日(月) 13:30~	河北保健センター
河南	みんなの楽しくダンベルクラブ	24日(火) 9:30~	遊楽館アリーナ
桃生	健康ダンベル体操	10日(火) 13:30~	桃生保健センター
	健康サロン（65歳以上）	5日(木) 9:30~	
牡鹿	ダンベル会	4日(水) 13:00~	牡鹿保健福祉センター（清優館）
		25日(水) 9:30~	牡鹿公民館

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	・胃がん検診 通知書が届かない場合はご連絡ください。☎ 健康推進課（内線2415）	9月3日(金)まで	受診票および検診票を確認してください。
河南	・特定健診（国保加入者で40歳以上74歳までの方）・健康診査（後期高齢者医療保険加入者） ・結核、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） ・大腸がん検診（40歳以上の方）	18日(水)~ 9月8日(水)	受診票および検診票を確認してください。
桃生	・総合健診（特定健康診査、結核・肺がん検診、胃がん検診、大腸がん検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診、骨粗鬆症検診、生活機能評価） 特定健康診査を除く各種検診については、申し込みをした方に検診票を配布します。検診日は地区ごとに指定していますので、通知にて確認願います。	23日(月)	高須賢定住センター
		24日(火)	神取いきいき交流センター
		25日(水)	桃生文化交流会館
		26日(木)	永井いきいき交流センター
		27日(金)~29日(日)	桃生公民館

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。