

## 保健のお知らせ

※大迫保健福祉センターでの各種乳幼児健診は、奇数月に実施しています

### ■母子健康手帳交付、乳幼児健診など

#### 母子健康手帳交付（予約制）

実施日	受付時間	交付場所・予約先	備考
月～金曜日 (祝日を除く)	9:00 ～ 16:30	健康づくり課 (花巻保健センター) 大迫・石鳥谷・東和総合支所 健康づくり窓口	予約なく来所の場合は交付まで1時間ほどかかります 予約者のみ

次の乳幼児健診などは、対象者に事前に通知しています。ご案内の日程で受けられない人は、健康づくり課または各総合支所健康づくり窓口へ電話でご連絡ください。

#### 7カ月児健診

実施日	会場	受付時間	対象
10月13日(木)	花巻保健センター	12:45～13:15	28年3月1日～15日生まれ
10月14日(金)	石鳥谷保健センター	12:45～13:00	28年3月生まれ
10月27日(木)	花巻保健センター	12:45～13:15	28年3月16日～31日生まれ
11月4日(金)	東和総合福祉センター	12:45～13:00	28年3月生まれ

#### 1歳6カ月児健診

実施日	会場	受付時間	対象
10月14日(金)	石鳥谷保健センター	12:45～13:00	27年3月生まれ
10月18日(火)	花巻保健センター	12:45～13:15	27年4月1日～15日生まれ
11月1日(火)	花巻保健センター	12:45～13:15	27年4月16日～30日生まれ
11月4日(金)	東和総合福祉センター	12:45～13:00	27年4月生まれ

#### 2歳児親子歯科健診

実施日	会場	受付時間	対象
10月12日(水)	花巻保健センター	12:45～13:15	26年4月1日～15日生まれ
10月21日(金)	石鳥谷保健センター	13:00～13:30	26年3月～5月生まれ
10月26日(水)	花巻保健センター	12:45～13:15	26年4月16日～30日生まれ
11月4日(金)	東和総合福祉センター	12:45～13:00	26年4月生まれ

#### 3歳児健診

実施日	会場	受付時間	対象
10月14日(金)	石鳥谷保健センター	13:00～13:15	25年4月生まれ
10月19日(水)	花巻保健センター	12:45～13:15	25年5月1日～15日生まれ
11月2日(水)	花巻保健センター	12:45～13:15	25年5月16日～31日生まれ
11月4日(金)	東和総合福祉センター	12:45～13:00	25年4月生まれ

#### 育児学級

実施日	会場	受付時間	対象
10月20日(木)	花巻保健センター	9:00～ 9:15	27年11月1日～15日生まれ
10月28日(金)	石鳥谷保健センター	9:00～ 9:15	27年10月～11月生まれ
11月4日(金)	東和総合福祉センター	13:00～13:15	27年11月生まれ
11月8日(火)	花巻保健センター	9:00～ 9:15	27年11月16日～30日生まれ

#### 離乳食教室

実施日	会場	受付時間	対象
10月17日(月)	花巻保健センター	9:00～ 9:15	28年5月1日～15日生まれ
10月31日(月)	花巻保健センター	9:00～ 9:15	28年5月16日～31日生まれ
11月4日(金)	東和総合福祉センター	12:30～12:45	28年6月生まれ

#### 定例小児相談

実施日	会場	受付時間	対象
10月28日(金)	石鳥谷保健センター	9:00～11:00	乳幼児
11月7日(月)	花巻保健センター	9:00～11:00	乳幼児

### ■妊娠前相談(予約制)

妊娠に関するさまざまな悩みに対し、助産師や保健師が個別に対応し、サポートします。秘密は守られます。パートナーとの相談も可能です。

【対象】市内在住で、将来妊娠を考えている女性およびその夫(パートナー)

※未婚・既婚は問いません

【実施日】月～金曜日(祝日を除く)、  
①午前9時～11時②午後1時～4時

※相談時間は一人30分から1時間が目安です

【相談内容】月経・排卵リズムの確認、不妊に関する悩み、食生活やライフスタイルの見直しなど

【会場・予約先】健康づくり課(花巻保健センター)

### ■健康アツク講座 in 花巻

【日時】10月27日(木)、午後1時30分～2時30分

【会場】花巻保健センター

【内容】講話「血圧は、危険に気づく健康のバロメーター～血圧測定で病気予防の第一歩～」(講師は循環器科・内科大平医院の<sup>おほのらかづてる</sup>大平和輝さん)  
※受講無料、申し込み不要です

【問い合わせ】健康づくり課

### ■パパママ教室

【期日】11月5日(土)

【受付時間】午前9時15分～9時30分

【会場】花巻保健センター

【対象】初めてパパやママになる人(妊娠7～8カ月ごろ)

【内容】赤ちゃんを迎える準備とパートナーの役割についての講話、子育てレッスン(赤ちゃんの入浴方法など)

【定員】15組(先着順)

【申込開始日】10月5日(水)

【問い合わせ・申し込み】健康づくり課

・健康づくり課(花巻保健センター) 南万丁目970-5 ☎23-3121

・大迫総合支所 健康づくり窓口 大迫町大迫2-51-4 ☎48-2111(内線138) ・大迫保健福祉センター 大迫町大迫13-23-1

・石鳥谷総合支所 健康づくり窓口 石鳥谷町八幡4-161 ☎45-2111(内線261) ・石鳥谷保健センター 石鳥谷町八幡5-13-5

・東和総合支所 健康づくり窓口 東和町土沢8-60 ☎42-2111(内線431) ・東和保健センター 東和町安俵6区75-1

### ■高齢者のインフルエンザ予防接種

インフルエンザは普通の風邪に比べて全身症状が強く、気管支炎や肺炎などを併発し、重症化しやすい特徴があります。発病や重症化防止には予防接種が有効ですので、希望する人は市内の指定医療機関で予防接種を受けてください。

【対象】▶満65歳以上の人▶満60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器または免疫機能の障がいで、身体障がい者手帳1級をお持ちの人

※年齢は平成28年10月1日現在。対象者には予防接種予診票を送付します

【接種期間】10月15日(土)～12月31日(土)

※10月上旬にワクチンの納入が間に合わない場合があります。また、期間内でもワクチンが無くなり次第終了する場合があります。接種前に医療機関にご確認ください

【自己負担額】1,800円

※生活保護世帯の人は、医療機関に生活保護受給証明書をお持ちいただくと無料になります

【接種場所】市内の指定医療機関

※年末は医療機関によって休診時期が異なります

【問い合わせ】健康づくり課、各総合支所健康づくり窓口

### ■自動血圧計を貸し出します

市では、市内で活動する団体に自動血圧計を貸し出しています。

これまでに多数の団体にご利用いただき「血圧に関心が無かった人まで測るようになり、借りて良かった」などの声をいただいています。血圧測定は誰でも簡単にできる健康管理の一つです。いつもの活動の場で、血圧測定を始めてみませんか。

【対象】市内のサロンや事業所などの団体

※血圧計は台数に限りがあります

【問い合わせ・申し込み】健康づくり課

### ■ノロウイルスによる食中毒・感染症対策を考えるシンポジウム

ノロウイルスによる健康被害について、基礎知識や具体的対策などを学び、近づく冬に備えませんか。

【日時】10月25日(火)、午後1時30分～4時10分

【会場】アイーナ(盛岡市)

【定員】400人(先着順)

【入場料】無料

※内容や申し込み方法など詳しくは下記へ

【問い合わせ・申し込み】県環境生活部 県民くらしの安全課(☎019-629-5322)

### ■特定健康診査の日程(10月13日～11月17日分)

40歳以上の国保の人が対象です。健康診査なども同時に実施します。詳しくは健康づくり課へ

月日	受付時間	会場	対象行政区
10月13日(木)	9:30～11:00 13:00～15:00	八重畑定住促進センター	八重畑1・3区 八重畑2・5区
10月14日(金)	9:30～11:00 13:00～15:00	八重畑定住促進センター	八重畑7・8区 八重畑9・10区
10月17日(月)	9:30～11:00 13:30～15:00	八重畑定住促進センター 新堀振興センター	八重畑4・6・11・12区 新堀1・4区
10月18日(火)	9:30～11:00 13:00～15:00	新堀振興センター	新堀2・3区 新堀7・8区
10月19日(水)	9:30～11:00 13:00～15:00	新堀振興センター	新堀5区 新堀6区
10月20日(木)	9:30～11:00 13:00～15:00	石鳥谷保健センター	(未受診者)
10月24日(月)	9:30～11:00 13:30～15:00	成島振興センター 落合集落センター	南成島上・下、北成島上・下 小通、落合
10月25日(火)	9:30～11:00 13:30～15:00 9:30～11:00	安俵集落センター 小山田振興センター 石鳩岡振興センター	本町、根岸 秋葉、留ヶ森、古田 石鳩岡
10月26日(水)	13:30～15:00	川目第1集落センター	南川目、中川目、駒形
10月27日(木)	9:30～11:00 13:00～15:00	下小山田自治会館	北小山田、外谷地前田
10月28日(金)	9:30～11:00 13:00～15:00	東和総合福祉センター	新地、百ノ沢、鎭町前郷、八日市場
10月31日(月)	9:30～11:00 13:00～15:00	東和総合福祉センター	(未受診者)
11月1日(火)	9:30～11:00 13:00～15:00	若葉会館	若葉町
11月2日(水)	9:30～11:00 13:00～15:00	まなび学園	里川口町、城内 花城町1・2区、上町、吹張町
11月4日(金)	9:30～11:00 13:00～15:00	まなび学園	大通り1・2丁目、末広町、大町東町
11月7日(月)	9:30～11:00 13:00～15:00	まなび学園	仲町、御田屋町 豊沢町、双葉町
11月8日(火)	9:30～11:00 13:00～15:00	いしがみ会館	石神町
11月9日(水)	9:30～11:00 13:00～15:00	ふじさわ会館	鍛冶町、南川原町 桜木町
11月14日(月)	9:30～11:00 13:30～15:00	ふじさわ会館 花巻保健センター	藤沢町 西大通り
11月15日(火)	9:30～11:00 13:00～15:00	花巻保健センター	南万丁目
11月16日(水)	9:30～11:00 13:00～15:00	花巻保健センター	材木町 (未受診者)
11月17日(木)	9:30～11:00 13:00～15:00	花巻保健センター	北万丁目