

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

■乳幼児健診など(対象者に通知済み)

ご案内の日程で受けられない方は、健康づくり課または各総合支所健康づくり窓口へご連絡ください。

○7カ月児健診

実施日	会場	受付時間	対象
9月8日(火)	大迫保健福祉センター	12:30～12:45	27年1月～2月生まれ
9月10日(木)	花巻保健センター	12:45～13:15	27年2月1日～15日生まれ
9月18日(金)	石鳥谷保健センター	12:45～13:00	27年2月生まれ
9月24日(木)	花巻保健センター	12:45～13:15	27年2月16日～28日生まれ
10月2日(金)	東和保健センター	12:45～13:00	27年2月生まれ

○1歳6カ月児健診

実施日	会場	受付時間	対象
9月8日(火)	大迫保健福祉センター	12:30～13:00	26年1月～2月生まれ
9月15日(火)	花巻保健センター	12:45～13:15	26年3月1日～15日生まれ
9月18日(金)	石鳥谷保健センター	12:45～13:15	26年2月生まれ
10月2日(金)	東和保健センター	12:45～13:00	26年3月生まれ

○2歳児親子歯科健診

実施日	会場	受付時間	対象
9月8日(火)	大迫保健福祉センター	12:45～13:00	25年2月～3月生まれ
9月16日(水)	花巻保健センター	12:45～13:15	25年3月16日～31日生まれ
10月2日(金)	東和保健センター	12:45～13:00	25年3月生まれ

○3歳児健診

実施日	会場	受付時間	対象
9月8日(火)	大迫保健福祉センター	12:30～13:00	24年2月～3月生まれ
9月9日(水)	花巻保健センター	12:45～13:15	24年3月16日～31日生まれ
9月18日(金)	石鳥谷保健センター	12:45～13:15	24年3月生まれ
9月30日(水)	花巻保健センター	12:45～13:15	24年4月1日～15日生まれ
10月2日(金)	東和保健センター	12:45～13:00	24年3月生まれ

○育児学級

実施日	会場	受付時間	対象
9月8日(火)	大迫保健福祉センター	12:45～13:00	26年9月～10月生まれ
9月17日(木)	花巻保健センター	9:00～ 9:15	26年10月1日～15日生まれ
10月1日(木)	花巻保健センター	9:00～ 9:15	26年10月16日～31日生まれ
10月2日(金)	東和保健センター	13:00～13:15	26年10月生まれ

○離乳食教室

実施日	会場	受付時間	対象
9月8日(火)	大迫保健福祉センター	12:30～12:45	27年4月～5月生まれ
9月14日(月)	花巻保健センター	9:00～ 9:15	27年4月1日～15日生まれ
9月25日(金)	石鳥谷保健センター	9:00～ 9:15	27年4月～5月生まれ
9月28日(月)	花巻保健センター	9:00～ 9:15	27年4月16日～30日生まれ
10月2日(金)	東和保健センター	12:30～12:45	27年5月生まれ

○定例小児相談

実施日	会場	受付時間	対象
9月25日(金)	石鳥谷保健センター	9:00～11:00	乳幼児
10月5日(月)	花巻保健センター	9:00～11:00	乳幼児

■母子健康手帳交付(予約制)

【実施日】月～金曜日(祝日を除く)
【受付時間】午前9時～午後4時30分

交付場所・予約先	備考
健康づくり課 (花巻保健センター)	予約なく来所の場合は交付まで1時間ほどかかります
大迫・石鳥谷・東和 総合支所 健康づくり窓口	予約者のみ

■保健大学 受講生募集

【日時】9月17日(木)、午後1時30分～3時
【会場】まなび学園
【内容】「画像診断の進歩と現状」
(講師は県立中部病院 放射線診断科長の熊坂由起子さん)
【定員】60人(先着順)
【受講料】無料
【申込開始日】9月7日(月)
【問い合わせ・申し込み】健康づくり課

■健康アツク講座 in 花巻

【日時】10月1日(木)、午後1時30分～3時
【会場】花巻保健センター
【内容】講話「上手な健康管理は正しい服薬と毎日の生活から」(講師はくすりのサトウの佐藤敬子さん)
※受講無料、申し込み不要です
【問い合わせ】健康づくり課

■9月24日～30日は結核予防週間です

結核は、主に肺に炎症を起こす病気です。昔の病気と思われがちですが、平成26年には、県内で新たに158人が結核と診断されています。▶たんが出る▶せきが2週間続く▶体がだるい▶急に体重が減るーこれらの症状が続く場合は早めに医療機関を受診しましょう。
【問い合わせ】中部保健所 保健課(☎22-4921)

- ・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)
- ・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)
- ・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)
- ・大迫保健福祉センター 大迫町大迫13-23-1
- ・石鳥谷保健センター 石鳥谷町八幡5-13-5
- ・東和保健センター 東和町安俣6区75-1

■特定健康診査の日程(9月28日～10月7日分)

40歳以上の国保の方が対象です。健康診査(対象は35歳と後期高齢者医療制度加入の方)、結核健康診断、大腸がん検診なども同時に実施します。当日は、保険証と事前に送付する受診票、問診票をお持ちください。
※国保以外の方は、受診券、保険証、検査料金をお持ちください(詳しくは、加入している医療保険へ)
【問い合わせ】大迫総合支所健康づくり窓口

月日	受付時間	会場	対象行政区
9月28日(月)	10:00～11:00 13:30～15:00	大又自治公民館 折壁自治公民館	内川目大又 内川目折壁
9月30日(水)	9:30～11:00 13:00～15:00	内川目振興センター	内川目第2、内川目小又 内川目中央
10月1日(木)	10:00～11:00 13:30～15:00	中乙自治公民館 大迫保健福祉センター	内川目小又(鳥谷、中乙、中通、黒森、大洞) 内川目第1
10月5日(月)	9:30～11:00 13:00～15:00	大迫保健福祉センター	大迫上町 大迫旭町、大迫仲町
10月6日(火)	9:30～11:00 13:00～15:00	大迫保健福祉センター	大迫上の台、大迫葡萄沢 大迫川原町第1・第2
10月7日(水)	13:00～15:00 17:00～19:00	大迫保健福祉センター	大迫下町 (未受診者)

■岩手県自殺予防宣言
～みんなでつなごういのちとこころの絆～
9月10日～16日は自殺予防週間です

県内の自殺者数は、一昨年から2年連続で増加しています。悩みを抱えた人に気付いたら、じっくり耳を傾けましょう。死を考えるほど追いつめられていたら、相談機関につながるようにサポートし、温かく見守りましょう。私たち一人一人がお互いに支え合う気持ちから救える命があります。

■知ることから始めよう「こころの健康」

毎日、生き生きと自分らしく過ごすためには、体の健康だけではなく、心の健康も大切です。
日常のさまざまなストレスの積み重ねで、心が疲れると、体の不調や不眠などの症状が現れ、回復に時間がかかります。
本市では、心の健康状態を確認できるインターネットサイト「こころの体温計」を開設しています。このサイトでは、心の問題をはじめ、生活上のさまざまな問題に関する相談窓口の案内もしています。自分や家族の心の健康チェックと併せ、活用ください。
【問い合わせ】健康づくり課

■胃がん検診の日程(9月7日～10月6日分)

40歳以上の方が対象です。
【受付時間】午前6時30分～8時30分
【検診料】1,500円
【注意事項】検査の前夜は飲酒せず、夕食は午後8時ごろまでに済ませる。当日は、検査が終わるまで飲食せず、たばこも吸わない。申込者には受診票を送付しますので、受診の際に必ずお持ちください。
【問い合わせ】健康づくり課

検診日	検診会場	対象行政区
9月7日(月)	太田振興センター	山関、上太田、柴林、折沼、姥宿
9月8日(火)	いしがみ会館	石神町
9月9日(水)	上似内公民館 下坂井振興会館	上似内、下似内、田力、葛第一・第二 下坂井、坂杉、大森、南中根子
9月10日(木)	矢沢振興センター	高松第一・第二・第三、高木第一
9月11日(金)	栃内公民館 笹間振興センター	尻平川、横志田、栃内 南笹間、中笹間
9月15日(火)	小舟渡公民館	小舟渡
9月16日(水)	花北振興センター	四日町一丁目一区・二区、一日市、坂本町
9月24日(木)	花北振興センター	四日町二丁目・三丁目、愛宕町
9月25日(金)	湯口振興センター	上根子上区、一本杉、上円膝、八幡、ニツ堰、中村、鉛、下シ沢、大沢、下円膝
9月28日(月)	花巻保健センター	古館、鍋倉一区・二区、中根子
9月29日(火)	矢沢振興センター	高木第二、高木小路
9月30日(水)	花南振興センター	桜町三丁目・四丁目、南城、大谷地
10月1日(木)	花南振興センター	諏訪
10月2日(金)	宮野目振興センター 桜町一丁目公民館	西宮野目第一・第二・第三 桜町一丁目・二丁目
10月5日(月)	まなび学園 宮野目振興センター	東町、大町、御田屋町、里川口町、花城町一区・二区 西宮野目第四、東宮野目
10月6日(火)	花南振興センター 松園町四区公民館	十二丁目、成田、山の神 松園町一区・四区・五区

こころの体温計

猫 社会的なストレス
水槽のヒビ 住環境のストレス
赤金魚 自分自身のストレス
石 その他のストレス
黒金魚 対人関係のストレス
水の透明度 落ち込み度

【ホームページ】
https://fishbowlindex.jp/hanamaki/

QRコード
こちらから

本人モード 結果画面(例)

19 2015(H27).9.1

広報はなまき No.223 16