

保健のお知らせ

■母子健康手帳交付、乳幼児健診など

乳幼児健診を実施日に受けられない人は、健康づくり課または各保健センターへ電話でご連絡ください。

【会場】花巻保健センター

内容	対象生年月日	実施日	受付時間
母子健康手帳交付(妊婦)		毎週月曜日～金曜日	8:30～16:30
7カ月児健診	平成25年4月1日～15日	11月14日(木)	12:45～13:15
	平成25年4月16日～30日	11月28日(木)	
1歳6カ月児健診	平成25年5月1日～15日	12月5日(木)	12:45～13:15
	平成24年5月16日～31日	12月3日(火)	
2歳児親子歯科健診	平成23年5月16日～31日	11月20日(水)	12:45～13:15
	平成23年6月1日～15日	12月4日(水)	
3歳児健診	平成22年5月16日～31日	11月13日(水)	12:45～13:15
	平成22年6月1日～15日	11月27日(水)	
育児学級	平成24年12月1日～15日	11月22日(金)	9:00～9:15
	平成24年12月16日～31日	12月6日(金)	
離乳食教室	平成25年6月1日～15日	11月11日(月)	9:45～10:00
	平成25年6月16日～30日	11月25日(月)	
定例小児相談(乳幼児)		11月11日(月)	9:00～11:00
		12月2日(月)	

【会場】大迫保健福祉センター

内容	対象生年月日	実施日	受付時間
母子健康手帳交付(予約制)	(妊婦)	毎週月曜日～金曜日	8:30～16:30
7カ月児健診	平成25年3月1日～4月30日	11月26日(火)	12:30～12:45
1歳6カ月児健診	平成24年3月1日～4月30日	11月26日(火)	12:30～13:00
2歳児親子歯科健診	平成23年4月1日～5月31日	11月26日(火)	13:00～13:15
3歳児健診	平成22年4月1日～5月31日	11月26日(火)	12:30～13:00
育児学級	平成24年11月1日～12月31日	11月26日(火)	12:45～13:00
離乳食教室	平成25年6月1日～7月31日	11月26日(火)	12:45～13:00

【会場】石鳥谷保健センター

内容	対象生年月日	実施日	受付時間
母子健康手帳交付(妊婦)		11月19日(火)	8:30～16:30
		12月3日(火)	8:30～11:30
7カ月児健診	平成25年3月1日～31日	11月12日(火)	12:45～13:00
1歳6カ月児健診	平成24年3月1日～4月30日	11月12日(火)	12:45～13:15
離乳食教室	平成25年6月1日～7月31日	11月22日(金)	9:00～9:15
定例小児相談(乳幼児)		11月22日(金)	9:00～11:30

【会場】東和保健センター

内容	対象生年月日	実施日	受付時間
母子健康手帳交付(妊婦)		11月13日(水)・27日(水)	8:30～16:30
7カ月児健診	平成25年4月1日～30日	12月6日(金)	12:45～13:00
1歳6カ月児健診	平成24年4月1日～5月31日	12月6日(金)	12:45～13:00
2歳児親子歯科健診	平成23年6月1日～30日	12月6日(金)	12:45～13:00
育児学級	平成24年10月1日～12月31日	11月19日(火)	9:00～9:15
離乳食教室	平成25年7月1日～8月31日	12月6日(金)	12:30～12:45

■第12回花巻市歯科保健大会

【日時】11月23日(土・勤労感謝の日)、午前10時30分～午後3時40分
【会場】文化会館

- 【内容】
①歯科保健優良者の表彰
②図画ポスターなど入賞作品展示
③講演「想いを伝える・言葉のちから」(講師はIBCアナウンサーの照井健さん)
④健口チェックコーナー
⑤口腔がん検診(事前の申し込みが必要です)
【入場料】無料
【問い合わせ・⑤の申し込み】健康づくり課



■こころの健康づくり講演会

【日時】12月7日(土)、午後1時30分～3時

【会場】なはんプラザ
【内容】講演「心をひらくやさしいカウンセリング」
【講師】IBCラジオに出演しているカウンセラーでトータル・カウンセリング・スクール講師の金藤晃一さん



【定員】250人(先着順)
【申込開始日】11月8日(金)
【入場料】無料
※会場の駐車場は有料です。駐車台数に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。また、大迫、石鳥谷、東和の各保健センターから無料バスを運行しますので、ご希望の方は申込時にお伝えください
【問い合わせ・申し込み】健康づくり課、各保健センター

■骨粗しょう症予防検診(11月7日～22日)

超音波でかかとの骨の強度を測定します。本年度中に40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳になる女性の方が対象です。希望する人は健康づくり課または各保健センターへ申し込みください。

【検診料】600円

月日	受付時間	会場	対象行政区
11月7日(木)	9:30～11:00	花巻保健センター	桜町一丁目～四丁目、諏訪、大谷地、山の神
	13:30～15:00		南城、十二丁目、成田、太田全地区
11月8日(金)	9:30～11:00	花巻保健センター	矢沢、幸田、高松第一～第三、高木小路、東十二丁目
	13:30～15:00		高木第一～第三
11月11日(月)	9:30～11:00	花巻保健センター	糠塚、北湯口の一・二、大畑、二枚橋駅前、二枚橋、下湯本
	13:30～15:00		上湯本台一・二、金矢、狼沢、柗ノ目、小瀬川、花巻温泉、台温泉、宇津野、笹間全地区
11月12日(火)	9:30～11:00	花巻保健センター	松園町一区～五区
	13:30～15:00		浅沢、新田、四日町一丁目～三丁目
11月13日(水)	9:30～11:00	花巻保健センター	一日市、愛宕町、桜台、坂本町、小舟渡、星が丘一丁目
	13:30～15:00		大通り一丁目・二丁目、末広町、吹張町、城内、豊沢町、花城町一区・二区、仲町、御田屋町、里川口町、東町、大町
11月14日(木)	9:30～11:00	花巻保健センター	上町、双葉町、鍛冶町、南川原町、桜木町、藤沢町、石神町、南万丁目
	13:30～15:00		北万丁目、西大通り、若葉町、材木町
11月15日(金)	9:30～11:00	花巻保健センター	宮野目全地区
	13:30～15:00		湯口全地区
11月18日(月)	9:30～11:00	石鳥谷保健センター	石鳥谷7区～14区、八幡全地区
	13:30～15:00		石鳥谷1区～6区・15区～19区
11月19日(火)	9:30～11:00	石鳥谷保健センター	八重畑全地区、新堀全地区
11月20日(水)	9:30～11:00	東和保健センター	小山田地区、土沢地区
	13:30～15:00		中内地区、谷内地区
11月21日(木)	9:30～11:00	大迫保健福祉センター	内川目全地区、亀ヶ森全地区
11月22日(金)	9:30～11:00	大迫保健福祉センター	大迫全地区、外川目全地区

■健康アップ講座(11月7日～29日分)

月日	時間	会場	内容
① 11月7日(木)	9:00～11:30	古舘公民館	健康講話「健康づくりは幸せの鍵～生活習慣病を防ぎましょう～」(講師は健康づくり課の保健師など)、健康相談
② 11月9日(土)	9:00～15:00	亀ヶ森地区農業者トレーニングセンター	健康相談、健康チェック(血圧・体脂肪・筋肉量・基礎代謝などの測定)
③ 11月11日(月)	10:00～12:00	小山田振興センター	健康講話と軽体操「血圧ってわかるとおもしろい!？」(講師は健康づくり課の保健師)、健康相談
④ 11月12日(火)	13:30～14:30	花巻保健センター	健康講話「これから気をつけたい感染症」(講師は中部保健所の保健師)、健康相談
⑤ 11月13日(水)	10:00～11:30	花北振興センター	健康講話「知って得する心の健康講座～気になる認知症・うつ病あれこれ～」(講師は国立病院機構花巻病院地域支援室の職員)、健康相談
⑥ 11月20日(水)・27日(水)・12月4日(水)	10:00～11:30	内川目振興センター	健康運動実技「楽しい・続けたい・身につく運動教室」(講師は揚名時太極拳師範の佐々木紀子さん) ※定員30人(先着順。なるべく3回参加できる人)。申込開始日は11月5日(火)から
⑦ 11月20日(水)・27日(水)・12月11日(水)	13:30～15:00	矢沢振興センター	健康運動実技「楽しい・続けたい・身につく運動教室」(講師はふれあいランド岩手主任スポーツ指導員の薄衣和香さん) ※定員30人(先着順。なるべく3回参加できる人)。申込開始日は11月5日(火)から
⑧ 11月21日(木)	10:00～11:30	大迫振興センター	健康運動実技「笑って、心と体をリフレッシュしましょう」(講師は市生涯学習講師の立花良子さん)
⑨ 11月21日(木)	13:00～15:00	石鳥谷保健センター	④の内容と同じ
⑩ 11月21日(木)	13:00～15:00	東和保健センター	健康講話「あなたの胃はどうなってるの?～ピロリ菌から検診までお話し～」(講師は照井内科消化器科医院の照井虎彦さん)
⑪ 11月21日(木)	13:30～15:00	宮野目振興センター	健康講話「冬場の健康管理のポイント」(講師はさとう内科クリニックの佐藤彰宏さん)
⑫ 11月29日(金)	9:00～11:30	湯口振興センター	①の内容と同じ

※受講無料。⑥⑦以外は申し込み不要
【問い合わせ・⑥⑦の申し込み】②⑥⑧大迫保健福祉センター、③⑩東和保健センター、①④⑤⑦⑪⑫健康づくり課、⑨石鳥谷保健センター