

保健のお知らせ

※乳幼児健診を実施日に受けられない方は、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

■母子健康手帳交付、乳幼児健診など

【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24年10月1日～15日	5月16日(休)	12:45～13:15
	平成24年10月16日～31日	5月30日(休)	
1歳6カ月児健診	平成23年11月1日～15日	5月21日(火)	12:45～13:15
	平成23年11月16日～30日	6月4日(火)	
2歳児親子歯科健診	平成22年11月1日～15日	5月8日(水)	12:45～13:15
	平成22年11月16日～30日	5月22日(水)	
3歳児健診	平成21年11月16日～30日	5月15日(水)	12:45～13:15
	平成21年12月1日～15日	5月29日(水)	
育児学級	平成24年5月16日～31日	5月10日(金)	9:00～9:15
	平成24年6月1日～15日	5月24日(金)	
離乳食教室	平成24年6月16日～30日	6月7日(金)	9:45～10:00
	平成24年12月1日～15日	5月13日(月)	
定例小児相談(乳幼児)	平成24年12月16日～31日	5月27日(月)	9:00～11:00
	平成25年1月1日～15日	6月3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24年9月1日～10月31日	5月28日(火)	12:30～12:45
1歳6カ月児健診	平成23年9月1日～10月31日	5月28日(火)	12:30～13:00
2歳児親子歯科健診	平成22年10月1日～11月30日	5月28日(火)	13:00～13:15
3歳児健診	平成21年10月1日～11月30日	5月28日(火)	12:30～13:00
育児学級	平成24年5月1日～6月30日	5月28日(火)	12:45～13:00
離乳食教室	平成24年12月1日～平成25年1月31日	5月28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)		5月7日(火)・21日(火) 6月4日(火)	8:30～16:30
7カ月児健診	平成24年9月1日～30日	5月14日(火)	12:45～13:00
1歳6カ月児健診	平成23年9月1日～10月31日	5月14日(火)	12:45～13:00
離乳食教室	平成24年12月1日～平成25年1月31日	5月24日(金)	9:00～9:15
定例小児相談(乳幼児)		5月24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)		5月8日(水)・22日(水)	8:30～16:30
7カ月児健診	平成24年9月1日～30日	5月10日(金)	12:45～13:00
	平成24年10月1日～31日	6月7日(金)	
1歳6カ月児健診	平成23年10月1日～11月30日	6月7日(金)	12:45～13:00
2歳児親子歯科健診	平成22年11月1日～30日	5月10日(金)	12:45～13:00
	平成22年12月1日～31日	6月7日(金)	
3歳児健診	平成21年10月1日～11月30日	5月10日(金)	12:45～13:00
育児学級	平成24年4月1日～6月30日	5月21日(火)	9:00～9:15
離乳食教室	平成25年1月1日～2月28日	6月7日(金)	12:30～12:45

■健康アップ講座

①健康アップ講座 in 花巻

【日時】5月14日(火)、午後1時30分～3時

【会場】花巻保健センター

【内容】健康講話「腹部脂肪を測ってみよう!」、健康相談、腹部脂肪・体組成・血圧測定

※受講無料、申し込み不要です

【問い合わせ】花巻保健センター

②健康アップ講座 in 石鳥谷

【日時】5月21日(火)、午前9時30分～11時30分

【会場】石鳥谷保健センター

【内容】健康講話「心と体の健康」(講師は、健考館社長の新田道子さん)、運動、健康相談、血圧・体組成測定

※受講無料、申し込み不要です

【問い合わせ】石鳥谷保健センター

■平成25年度 保健大学

「健康診断と病気の予防」をテーマに健康講座(全8回)を開催します。

◆1回目の開催

【日時】5月23日(木)、午後1時30分～3時

【会場】まなび学園

【内容】「肺がん検診と肺がん予防」(講師は、石鳥谷医療センター副院長の似内郊雄さん)

【定員】60人(先着順)

【申込開始日】5月8日(水)

【受講料】無料

【問い合わせ・申し込み】健康づくり課

■食育講演会の開催

【日時】5月23日(木)、午後2時～3時30分

【会場】文化会館 大ホール

【内容】「食育の推進と地域経済の活性～花巻の元気は心がかよう食育から～」(講師は、食品開発プロデューズ メグミプランニング代表の小野寺恵さん)

※入場無料、申し込み不要です

【問い合わせ】健康づくり課

■特定健康診査の日程

(5月7日～5月23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75歳以上の方)、結核健康診断、大腸がん検診なども同時に実施します。

保険証と事前に送付する受診票、問診票を必ずお持ちください。

詳しくは、健康づくり課へ。

※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)

月日	受付時間	会場	対象行政区
5月7日(火)	9:30～11:00 13:30～15:00	中野公民館 矢沢振興センター	高松第一～第三 高木第一
5月8日(水)	9:30～11:00 13:00～15:00	矢沢振興センター	高木小路
5月9日(木)	9:30～11:00 13:00～15:00	矢沢振興センター	高木第二・第三
5月13日(月)	9:30～11:00 13:00～15:00	矢沢振興センター	(未受診者)
5月14日(火)	9:30～11:00 13:30～15:00	糠塚公民館 北湯口コミュニティセンター	糠塚 北湯口の一・二
5月15日(水)	9:30～11:00 13:30～15:00	小瀬川公民館 柗の目集落センター	小瀬川 柗の目
5月16日(木)	9:30～11:00 13:00～15:00	二枚橋町会館	二枚橋駅前、二枚橋
5月17日(金)	9:30～11:00 13:00～15:00	二枚橋町会館	二枚橋駅前、二枚橋
5月20日(月)	9:30～11:00 13:00～15:00	上湯本台一公民館	上湯本台一 花巻温泉、台温泉
5月21日(火)	9:30～11:00 13:30～15:00	狼沢隣佑館 金矢公民館	狼沢 金矢、宇津野
5月22日(水)	9:30～11:00 13:00～15:00	湯本振興センター	上湯本台一、花巻温泉、下湯本 大畑、上湯本台二
5月23日(木)	9:30～11:00 13:00～15:00	湯本振興センター	(未受診者)

■5月31日は「世界禁煙デー」

花巻市の喫煙率は平成18年の調査では22.8%でしたが、平成23年の調査では18.6%(成人の約6人に1人が喫煙者)と4.2ポイント減少しています。

喫煙は肺がんなど、生活習慣病の危険度を増加させます。また、たばこの煙は周りの人たちの健康も脅かします。禁煙に遅すぎるといことはありません。何歳であっても、「禁煙したい」という気持ちがスタートラインです。

■乳房・甲状腺検診と子宮頸がん検診

乳がんは40代～50代、子宮頸がんは20代～30代の方に発症が多いとされています。自覚症状が無いうちに「がん」を早期に発見し、治療することが大切です。2年に1度、定期的に検診を受けましょう。

ー乳房・甲状腺検診ー

【対象】昨年度、検診を受けなかった40歳以上の女性(対象となる年齢の基準日は平成26年3月31日です)

【検診期間】①5月27日(月)～6月25日(火)

②6月2日(日)・3日(月)

【会場】①花巻保健センター

②大迫保健福祉センター

【検診料】40歳代の方/2,000円

50歳以上の方/1,400円

※受診票は5月上旬に送付します。お住まいの地区の検診日や受付時間などは、受診票に同封している日程表で確認ください

ー子宮頸がん検診ー

【対象】昨年度、検診を受けなかった20歳以上の女性(対象となる年齢の基準日は平成26年3月31日です)

【検診期間】①6月11日(火)～10月24日(木)

②6月2日(日)・3日(月)

【会場】①宮内婦人科・心療内科クリニック、工藤医院、KUBOクリニック②大迫保健福祉センター

【検診料】1,300円

※受診票は5月から6月にかけて送付します。会場により検診日や受付時間が異なりますので、受診票に同封している日程表で確認ください

詳しくは、健康づくり課または、大迫保健福祉センターへ。

■3つのワクチンが定期接種になりました

平成25年4月からこれまで任意接種とされていた「子宮頸がん予防ワクチン」、「ヒブワクチン」、「小児用肺炎球菌ワクチン」が定期予防接種になりました。各ワクチンの接種対象者は以下のとおりです。

種類	接種対象者
子宮頸がん予防ワクチン	中学1年生～高校1年生相当の女子
ヒブワクチン	2カ月以上5歳未満(5歳の前々日まで)
小児用肺炎球菌ワクチン	2カ月以上5歳未満(5歳の前々日まで)

※接種券をお持ちの方は、接種期限を過ぎても接種対象年齢であれば引き続き使用することができます。紛失した方は、新たに予診票を交付しますので健康づくり課または各保健センターへ