

保健

※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(対象者に通知済み)

新型コロナウイルス感染症予防のため、人数を調整しご案内しています。ご案内の日程で受けられない場合は、必ず事前に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。

母子健康手帳交付

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

7カ月児健診

| 実施日       | 会場         | 受付時間        | 対象             |
|-----------|------------|-------------|----------------|
| 11月10日(火) | 大迫保健福祉センター | 12:30～12:45 | 2年3月～4月生まれ     |
| 11月12日(木) | 花巻保健センター   | 12:45～13:15 | 2年4月1日～15日生まれ  |
| 11月13日(金) | 石鳥谷保健センター  | 12:30～12:45 | 2年4月生まれ        |
| 11月26日(木) | 花巻保健センター   | 12:45～13:15 | 2年4月16日～30日生まれ |
| 12月4日(金)  | 東和保健センター   | 12:45～13:00 | 2年4月生まれ        |

1歳6カ月児健診

| 実施日       | 会場         | 受付時間        | 対象                |
|-----------|------------|-------------|-------------------|
| 11月10日(火) | 大迫保健福祉センター | 12:30～13:00 | 平成31年3月～4月生まれ     |
| 11月13日(金) | 石鳥谷保健センター  | 12:45～13:00 | 平成31年4月生まれ        |
| 11月17日(火) | 花巻保健センター   | 12:45～13:15 | 平成31年4月16日～30日生まれ |
| 11月27日(金) | 花巻保健センター   | 12:45～13:15 | 元年5月1日～15日生まれ     |
| 12月1日(火)  | 花巻保健センター   | 12:45～13:15 | 元年5月16日～31日生まれ    |
| 12月4日(金)  | 東和保健センター   | 12:45～13:00 | 元年5月生まれ           |

2歳児親子歯科健診

| 実施日       | 会場         | 受付時間        | 対象                |
|-----------|------------|-------------|-------------------|
| 11月10日(火) | 大迫保健福祉センター | 12:45～13:00 | 平成30年4月～5月生まれ     |
| 11月18日(水) | 花巻保健センター   | 12:45～13:15 | 平成30年5月16日～31日生まれ |
| 12月2日(水)  | 花巻保健センター   | 12:45～13:15 | 平成30年6月1日～15日生まれ  |
| 12月4日(金)  | 東和保健センター   | 12:45～13:00 | 平成30年5月生まれ        |

3歳児健診

| 実施日       | 会場         | 受付時間        | 対象                |
|-----------|------------|-------------|-------------------|
| 11月10日(火) | 大迫保健福祉センター | 12:30～13:00 | 平成29年4月～5月生まれ     |
| 11月11日(水) | 花巻保健センター   | 12:45～13:15 | 平成29年5月16日～31日生まれ |
| 11月13日(金) | 石鳥谷保健センター  | 13:00～13:15 | 平成29年5月生まれ        |
| 11月25日(水) | 花巻保健センター   | 12:45～13:15 | 平成29年6月1日～15日生まれ  |
| 12月4日(金)  | 東和保健センター   | 12:45～13:00 | 平成29年5月生まれ        |

離乳食教室

| 実施日       | 会場        | 受付時間                      | 対象                               |
|-----------|-----------|---------------------------|----------------------------------|
| 11月16日(月) | 花巻保健センター  | 9:00～ 9:15<br>10:15～10:30 | 2年6月1日～7日生まれ<br>2年6月8日～15日生まれ    |
| 11月20日(金) | 石鳥谷保健センター | 9:00～ 9:15                | 2年6月～7月生まれ                       |
| 11月30日(月) | 花巻保健センター  | 9:00～ 9:15<br>10:15～10:30 | 2年6月16日～22日生まれ<br>2年6月23日～30日生まれ |
| 12月4日(金)  | 東和保健センター  | 12:30～12:45               | 2年7月生まれ                          |

■健康アップ講座

メインテーマ「糖尿病予防」

①石鳥谷

【日時】12月3日(木)、午後1時30分～2時30分  
【会場】石鳥谷保健センター  
【内容】講話「糖尿病と感染症の関係」(講師は照井内科消化器科医院の照井虎彦さん)  
【問い合わせ・申し込み】石鳥谷総合支所健康づくり窓口

②大迫

【日時】12月10日(木)、午後1時30分～2時30分  
【会場】大迫保健福祉センター  
【内容】講話「糖尿病と歯科治療～感染症予防はお口から～」(講師は照井歯科医院の照井淑之さん)  
【問い合わせ・申し込み】大迫総合支所健康づくり窓口

①②共通

【定員】30人(先着順)  
【受講料】無料  
【申込開始日】11月9日(月)

■あなたのこころは元気ですか  
「こころの体温計」

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。

本市では、「こころの体温計」サイトを開設しています。

このサイトは、パソコンや携帯電話を使ってストレス状況を簡単にチェックできるシステムです。地域の相談窓口などの情報も紹介しています。

日々のセルフチェックにぜひご活用ください。

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

※スマートフォンの場合は右記のQRコードからもご覧いただけます

【問い合わせ】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 ☎ 41-3128
  - ・石鳥谷総合支所 健康づくり窓口 石鳥谷町八幡 4-161 ☎ 41-3448
  - ・東和総合支所 健康づくり窓口 東和町土沢 8-60 ☎ 41-6518
- ・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 東和町安俵 6区 75-1

■妊娠前相談(予約制)

妊娠に関するさまざまな悩みに、助産師や保健師が個別に対応しサポートします。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)

【時間】①午前9時～11時②午後1時～4時

※相談時間は30分～1時間が目安

【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)

■胃がん検診(11月13日～15日分)

【対象】本年度未受診の40歳以上の人

【期日】11月13日(金)～15日(日)

【時間】午前6時30分～9時30分

【会場】花巻保健センター

【検診料】1,500円

【注意事項】検査前夜は飲酒せず、夕食は午後9時ごろまでに済ませる。当日は検査が終わるまで飲食・喫煙をしない

【問い合わせ】健康づくり課

■子宮頸がん検診(11月9日～12月4日分)

【対象】令和元年度に検診を受けなかった20歳以上の女性

【検診料】1,500円

【問い合わせ・申し込み】健康づくり課

| 実施機関      | 受付時間        | 期日                                                          |
|-----------|-------------|-------------------------------------------------------------|
| KUBOクリニック | 9:00～11:00  | 11月9日(月)～13日(金)・16日(月)～20日(金)・25日(水)～27日(金)・30日(月)～12月4日(金) |
|           | 14:00～16:00 | ※水曜日は午前のみ。定員は午前10人、午後10人                                    |
| 総合花巻病院    | 13:30～14:00 | 11月10日(火)・17日(火)・20日(金)・24日(火)<br>※定員は20人                   |

※予約制ではありません。直接医療機関へお越しください

「発熱やせきがある」「体調が優れない」などの症状がある場合には、健診などへの参加を控えていただくようお願いします。

※新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、健診などの日程が変更となる場合があります。変更した場合には、対象者にご連絡いたします

■特定健康診査など(11月12日～12月19日分)

40歳以上の国保の人が対象です。健康診査(対象は35歳と後期高齢者医療制度加入者)なども同時に実施します。詳しくは健康づくり課へ。

| 期日        | 受付時間                      | 会場          | 対象行政区                            |
|-----------|---------------------------|-------------|----------------------------------|
| 11月12日(木) | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 内川目振興センター   | 内川目小又、内川目大又、内川目折壁<br>内川目第2、内川目中央 |
| 11月13日(金) | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 大迫保健福祉センター  | 大迫旭町、大迫仲町<br>大迫上の台、大迫葡萄沢         |
| 11月16日(月) | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 大迫保健福祉センター  | 大迫上町<br>大迫川原町第1・第2               |
| 11月17日(火) | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 大迫保健福祉センター  | 内川目第1<br>大迫下町                    |
| 11月18日(水) | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 笹間振興センター    | 中笹間<br>栃内                        |
| 11月19日(木) | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 笹間振興センター    | 南笹間<br>轟木                        |
| 11月20日(金) | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 笹間振興センター    | 横志田、尻平川<br>北笹間                   |
| 11月24日(火) | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 八重畑定住促進センター | 八重畑第2・第4・第5<br>八重畑第7・第8          |
| 11月25日(水) | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 八重畑定住促進センター | 八重畑第9～第12<br>八重畑第1・第3・第6         |
| 11月26日(木) | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 新堀振興センター    | 新堀第6<br>新堀第1・第4・第5               |
| 11月27日(金) | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 新堀振興センター    | 新堀第2・第3<br>新堀第7・第8               |
| 11月30日(月) | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 花南振興センター    | 桜町四丁目<br>桜町一丁目                   |
| 12月1日(火)  | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 花南振興センター    | 諏訪                               |
| 12月2日(水)  | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 花南振興センター    | 諏訪<br>十二丁目                       |
| 12月3日(木)  | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 花南振興センター    | 大谷地<br>山の神                       |
| 12月4日(金)  | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 花南振興センター    | 南城<br>桜町二丁目・三丁目、成田               |
| 12月5日(土)  | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 大迫保健福祉センター  | 大迫地域の未受診者                        |
| 12月6日(日)  | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 東和保健センター    | 東和地域の未受診者                        |
| 12月14日(月) | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 石鳥谷保健センター   | 石鳥谷地域の未受診者                       |
| 12月15日(火) | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 花巻市交流会館     | 花巻地域の未受診者                        |
| 12月16日(水) | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 花巻市交流会館     | 花巻地域の未受診者                        |
| 12月17日(木) | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 花巻市交流会館     | 花巻地域の未受診者                        |
| 12月18日(金) | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 花巻市交流会館     | 花巻地域の未受診者                        |
| 12月19日(土) | 9:30～11:00<br>13:30～15:30 | 石鳥谷保健センター   | 未受診者                             |