

## 保健

### ■母子健康手帳交付、乳幼児健診など(対象者に通知済み)

#### 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
月～金曜日 (祝日を除く)	9:00～16:00	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

#### 妊娠前相談(予約制)

実施日	受付時間	会場・予約先	備考
月～金曜日 (祝日を除く)	9:00～11:00 13:00～16:00	健康づくり課㊦ (花巻保健センター)	事前の電話予約が必要。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。パートナーの同席も可能です。

次の乳幼児健診などで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。

#### 7カ月児健診

実施日	会場	受付時間	対象
10月12日(木)	花巻保健センター	13:30～13:45	5年3月1日～15日生まれ
10月13日(金)	石鳥谷保健センター	12:30～12:45	5年3月生まれ
10月26日(木)	花巻保健センター	12:45～13:00	5年3月16日～31日生まれ

#### 1歳6カ月児健診

実施日	会場	受付時間	対象
10月13日(金)	石鳥谷保健センター	12:45～13:00	4年3月生まれ
10月17日(火)	花巻保健センター	12:45～13:15	4年4月1日～15日生まれ

#### 2歳児親子歯科健診

実施日	会場	受付時間	対象
10月18日(水)	花巻保健センター	12:45～13:15	3年4月10日～30日生まれ
10月20日(金)	石鳥谷保健センター	12:45～13:15	3年3月～5月生まれ
11月1日(水)	花巻保健センター	12:45～13:15	3年5月1日～15日生まれ

#### 3歳児健診

実施日	会場	受付時間	対象
10月11日(水)	花巻保健センター	12:45～13:15	2年4月18日～30日生まれ
10月13日(金)	石鳥谷保健センター	13:00～13:15	2年4月生まれ
10月25日(水)	花巻保健センター	12:45～13:15	2年5月1日～10日生まれ

#### 育児学級

実施日	会場	受付時間	対象
10月19日(木)	花巻保健センター	9:15～9:30	4年11月1日～15日生まれ
11月2日(木)	花巻保健センター	9:15～9:30	4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16日(月)	花巻保健センター	9:30～9:45	5年5月16日～31日生まれ
10月30日(月)	花巻保健センター	9:30～9:45	5年6月1日～15日生まれ

### ■パパママ教室



【対象】 初めてパパママになる人(妊娠7～8カ月ごろ)

【期日】 11月11日(土)

【受付時間】 ①午前9時～9時15分  
②午前10時30分～10時45分

【会場】 花巻保健センター

【内容】 1時間程度の子育てレッスン(赤ちゃんの入浴方法)

【定員】 各回6組(先着順)

【申込開始日】 10月11日(水)

【問い合わせ・申し込み】 健康づくり課㊦

### ■花巻保健大学 第7回目講座

【期日】 11月9日(木)

【時間】 午後1時30分～2時45分

【会場】 なはんプラザ

※オンライン(Zoom)受講も可能

【内容】 講話「サルコペニア・フレイルについて」(講師はサカモト薬局北上店薬剤師の高橋悠真先生)

【定員】 会場80人、オンライン90人(いずれも先着順)

【申込開始日】 10月2日(月)

【申し込み方法】 市ホームページ内申し込みフォームから申し込み、または電話で下記へ

【問い合わせ・申し込み】 健康づくり課成人保健係(☎41-3613)



### ■あなたのこころは元気ですか 「こころの体温計」

市ではストレス状況を簡単にチェックできる「こころの体温計」サイトを開設しています。日々のセルフチェックにご活用ください。

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



【問い合わせ】 健康づくり課㊦

・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

### ■10月は「骨髄バンク推進月間」です

白血病などの血液疾患に有効な治療法として、骨髄や抹消血幹細胞移植があり、この治療法には骨髄や抹消血幹細胞を提供していただけるドナー(提供者)が必要です。しかし、若い世代のドナー登録が少ない状況です。1人でも多くの患者を救うためには、多くのドナー登録が必要なため、皆様のご理解とご協力をお願いします。

#### ●花巻市骨髄ドナー支援事業補助金制度

市では、ドナーの増加や移植の推進を目指し、ドナーまたはドナーが勤務する事業所への補助を行う「花巻市骨髄ドナー支援事業補助金制度」を設けています。詳しくは下記へお問い合わせください。

【問い合わせ】 健康づくり課㊦

### ■「薬と健康の週間」健康まつり2023

#### 体験してみよう! 薬剤師の仕事!

【日時】 10月22日(日)、午前10時～午後2時

【会場】 イトーヨーカドー花巻店2階 ぷらっと花巻

【内容】 お薬・健康の相談、体組成測定、栄養相談、血管年齢測定、子どもの薬剤師体験など

※入場無料、申し込み不要です

【問い合わせ】 花巻市薬剤師会 サカモト薬局健康館 村上知之(☎21-5454)

### ■子宮頸がん検診(10月10日～11月2日分)

【対象】 令和4年度に未受診の20歳以上の女性

【検診料】 1,500円

【問い合わせ】 健康づくり課㊦

実施機関	受付時間	定員	期日
①KUBOクリニック	9:00～11:00	10人	10月10日(火)～13日(金)・16日(月)～20日(金)・23日(月)～27日(金)・30日(月)・31日(火)、11月1日(水)・2日(木)
	14:00～16:00	10人	※水曜日は午前のみ
②総合花巻病院	11:00～11:15	10人	10月10日(火)・13日(金)・17日(火)・20日(金)・24日(火)・27日(金)・31日(火)
③工藤医院	12:00～12:30	5人	10月10日(火)・12日(木)・17日(火)・19日(木)・24日(火)・26日(木)・31日(火)

▶①…予約は不要。指定日に直接医療機関へお越しください▶②③…予約制。予約は検診日の1カ月前から7日前までに下記へ

【②の予約先】 総合花巻病院(☎23-3311(月～金曜日の午前10時～正午、午後2時～4時))

【③の予約先】 工藤医院(ホームページの予約フォーム(<https://www.kudoclinic.com>))、または☎23-2078(月～金曜日の午前10時～正午)



### ■乳がん検診追加日程(10月22日～24日分)

【対象】 令和4年度に未受診の40歳以上の女性

【会場】 花巻保健センター

【検診料】 40歳代 2,000円、50歳以上 800円

【受付開始日時】 10月4日(水)、午前9時

【問い合わせ・予約先】 健康づくり課㊦

期日	受付時間
10月22日(日)	①9:30～10:10②10:20～11:00③13:30～14:10 ④14:20～15:00
10月23日(月)	⑤13:30～14:10⑥14:20～15:00⑦17:00～17:40 ⑧17:50～18:30
10月24日(火)	⑨9:30～10:10⑩10:20～11:00⑪13:30～14:10 ⑫14:20～15:00

### ■特定健康診査など(10月10日～11月6日分)

対象は40歳以上の国民健康保険加入者です。大腸がん検診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
10月10日(火)	9:45～11:15 13:00～14:30	大迫保健福祉センター	大迫下町 大迫川原町第1
10月11日(水)	9:45～11:15 13:00～14:30	大迫保健福祉センター	大迫仲町、大迫上の台 大迫旭町、大迫葡萄沢
10月16日(月)	13:00～15:00 17:00～18:00	大迫保健福祉センター	大迫川原町第2、大迫上町 未受診者
10月18日(水)	9:30～11:00 13:00～14:30	花北地区社会体育館	浅沢
10月19日(木)	9:30～11:00 13:00～14:30	花北地区社会体育館	浅沢
10月20日(金)	9:30～11:00 13:00～14:30	花北地区社会体育館	松園町四区
10月23日(月)	9:30～11:00 13:00～14:30	花北振興センター	四日町三丁目、一日市
10月24日(火)	9:30～11:00 13:00～14:30	花北振興センター	四日町一丁目一区・二区
10月25日(水)	9:30～11:00 13:00～14:30	花北振興センター	四日町二丁目 愛宕町、坂本町
10月26日(木)	9:30～11:00 13:00～14:30	花北振興センター	新田(しんでん) 星が丘一丁目
10月27日(金)	9:30～11:00 13:00～14:30	花北振興センター	桜台
10月30日(月)	9:30～11:00 13:00～14:30	花北振興センター	小舟渡
10月31日(火)	9:30～11:00 13:00～14:30	花北振興センター	小舟渡
11月1日(水)	9:30～11:00 13:00～14:30	松園振興センター	松園町五区 松園町一区
11月2日(木)	9:30～11:00 13:00～14:30	松園振興センター	松園町二区
11月6日(月)	9:30～11:00 13:00～14:30	松園振興センター	松園町三区