

♥11月の乳幼児の健康診査・相談

地域	内 容	対 象	日	受付時間	会 場
一関 花泉	3～4カ月児健診	20年7月1～17日生まれ	19㊟	13:00～13:15	一関保健センター
		20年7月18～31日生まれ	20㊟		
	9～10カ月児相談	20年1月1～19日生まれ	19㊟	8:45～9:00	
		20年1月20～31日生まれ	20㊟		
	1歳6カ月児健診	19年4月1～14日生まれ	13㊟	13:00～13:15	
		19年4月15～30日生まれ	14㊟		
2歳6カ月児歯科健診	18年5月1～15日生まれ	13㊟	8:45～9:00		
	18年5月16～31日生まれ	14㊟			
3歳児健診	17年5月1～19日生まれ	5㊟	13:00～13:15		
	17年5月20～31日生まれ	6㊟			
大東 東山	3～4カ月児健診	20年7月生まれ	19㊟	13:00～13:15	東山保健センター
	9～10カ月児相談	20年1月生まれ	13㊟	9:30～9:45	大東保健センター
	1歳6カ月児健診	19年4月生まれ	12㊟	13:00～13:15	東山保健センター
	2歳6カ月児歯科健診	18年5月生まれ	25㊟		大東保健センター
	3歳児健診	17年5月生まれ	18㊟		
千厩 室根 川崎	3～4カ月児健診	20年7月生まれ	19㊟	12:30～13:00	川崎防災センター
	9～10カ月児相談	20年1月生まれ	21㊟	8:45～9:00	千厩保健センター
	1歳6カ月児健診	19年4月生まれ	20㊟	13:00～13:15	
	2歳6カ月児歯科健診	18年5月生まれ	21㊟		
	3歳児健診	17年5月生まれ	18㊟	12:30～12:45	

※都合により受診できない場合や健康診査・相談の詳細については、お住まいの地域の保健センターへ問い合わせください。

♥11月の予防接種(集団)

地 域	内 容	対 象	日	受付時間	会 場
千厩・室根・川崎	ポリオ	6カ月～7歳6カ月未満の未終了児	11㊟	12:30～12:45	千厩保健センター

※お住まいの地域の実施会場で受けてください。

※ポリオの予防接種の際は、次のことに注意してください。①三種混合ワクチン接種の初回分(3回接種)が終了した後にポリオの接種対象となります②下痢や軟便および体調不良の場合は接種できません③他の予防接種との接種間隔が適当か確認の上、接種してください

♥11月の4歳・5歳歯科健康診査

体調不良などのため11月中に受診できない場合は、お住まいの地域の保健センターまでご連絡ください。

健診名	対 象	会 場
4歳歯科健診	16年5月生まれ	市内の契約歯科医療機関
5歳歯科健診	15年5月生まれ	

♥子育て支援勉強会

◇日時…11月15日㊟10:00～12:00

◇会場…一関保健センター

◇テーマ…親と子のかかわり方

◇講師…黒澤真澄さん(日本助産師会会員)

※託児はありませんが、お子さんを連れて参加できます。

◎問い合わせ先…日本助産師会会員黒澤 ☎080-6047-0301

♥産後サポーター養成講座

産後サポーターは、出産後の産婦の体力回復と育児を支援するために、食事づくりや授乳・もく浴の支援、育児の助言などを行います。赤ちゃんを迎えたお母さんや家族をサポートするため一緒に勉強しませんか。

◇日時・会場…①11月18日㊟9:50～14:30②11月27日㊟10:00～15:00・山目公民館

◇対象・定員…一関市食生活改善推進員またはファミリーサポートセンター預かり会員養成講座修了者で子育て経験のある人、有資格者(保健師、助産師、看護師、保育士、ヘルパー1・2級取得者)・20名

◇内容…講話、もく浴実習、調理実習など

◇申込期限…11月10日㊟

◎申込先・問い合わせ先…一関保健センター ☎21-2160

♥イイ歯デーテレホン相談

歯や口の健康に関する悩みについてご相談ください。

◇日時…11月8日㊟10:00～20:00

◇費用…無料

※回答は19:00以降に協会歯科医師から相談者へ電話します。

◎相談先…岩手県保険医協会イイ歯デーテレホン相談係

☎019-651-7341

♥両親学級

妊婦さんやその家族の妊娠中の不安を和らげ、安全な出産を迎えることができるように、両親学級を開催します。

◇日時・会場…①11月13日㊟9:30～14:00②11月29日㊟9:30～11:50・千厩保健センター

◇対象…市内にお住まいの妊婦とその家族(夫)

◇内容…①妊娠中の栄養についての講話、調理実習、歯科保健講話など②もく浴実習など

◇定員…先着16組

◇費用…一人300円(調理実習費)

◇申込期限…11月6日㊟

◎申込先…千厩保健センター ☎53-3952

♥玄米ニギニギ体操フェスティバル2008

どなたでも気軽にご参加ください。参加は無料です。

◇日時…11月18日㊟13:00～15:00(開場12:30)

◇会場…一関市総合体育館(ユードーム)

◇持ち物…上履き用運動靴、汗ふきタオル、玄米ニギニギ棒(お持ちの人)

◎申込先・問い合わせ先…一関保健所 ☎26-1415または一関保健センター ☎21-2160

♥11月の小児・成人夜間救急当番医

日	当 番 医	所在地	電話番号
4㊟	一関中央クリニック	中央町二丁目	21-1222
5㊟	阿部医院	東山町長坂字町	47-3898
6㊟	たかがね内科泌尿器科クリニック	千厩町千厩字構井田	51-1377
7㊟	及川内科胃腸科クリニック	字 鳴 神	31-3131
10㊟	菅野内科医院	大東町摺沢字摺沢駅	75-2772
11㊟	かとうこどもクリニック	山 目 字 中 野	33-2211
12㊟	小野寺内科循環器科	末 広 一 丁 目	23-5600
13㊟	菊池医院	銅 谷 町	23-7100
14㊟	千厩ひかりクリニック	千厩町千厩字石堂	51-1156
17㊟	桂島医院	駅 前	21-8883
18㊟	木村消化器内科	三 関 字 仲 田	21-1311
19㊟	菊池内科医院	大東町沖田字八日町	74-2512
20㊟	西城医院	舞 川 字 中 里	28-2393
21㊟	さとう小児科医院	桜 木 町	23-4020
25㊟	もりあい内科クリニック	千厩町千厩字前田	51-3322
26㊟	佐藤胃腸科内科医院	山目町一丁目	23-9678
27㊟	千葉内科医院	山 目 字 才 天	25-3211
28㊟	菅原内科循環器科医院	花泉町涌津字道下	82-5528

※救急当番医は、変更になることがあります。あらかじめ電話で確認の上、保険証をお持ちください。

※診療日は祝日を除く月曜から金曜までの夜間で、診療時間は20時までです。

※当日の救急当番医の確認は、市役所本庁 ☎21-2111、消防本部 ☎25-0119でもできます。

♥看護師によるこども救急相談電話

夜間におけるお子さんの病気への対応や応急措置などについて、アドバイスします。

気軽にご相談ください。

◇受付時間…19:00～23:00(年中無休)

◎相談先…☎019-605-9000

♥11月の休日当番医

日	一関市医師会(西地区)		一関市医師会(東地区)	気仙沼市医師会(市外局番0226)
	内 科	外 科		
2㊟	一関中央クリニック 中央町二丁目 ☎21-1222	佐々木整形外科 磐井町 ☎26-3156	本多医院 大東町大原字立町 ☎72-2133	葛内科胃腸科医院 ☎22-6750 小野医院 ☎32-3128
3㊟	阿部内科クリニック 竹山町 ☎23-2918	佐藤外科肛門科医院 山目字三反田 ☎26-5125	千厩ひかりクリニック 千厩町千厩字石堂 ☎51-1156	佐々木小児科医院 ☎22-6811 木島医院 ☎23-1011
9㊟	菅原内科循環器科医院 花泉町涌津字道下 ☎82-5528	西城医院 舞川字中里 ☎28-2393	阿部医院 東山町長坂字町 ☎47-3898	森田医院 ☎22-6633 うつみ医院 ☎25-7588
16㊟	桂島医院 駅前 ☎21-8883	一関病院 大手町 ☎23-2050	谷藤内科医院 千厩町千厩字町浦 ☎51-3355	大友病院 ☎22-6868 鈴木医院 ☎27-2315
23㊟	昭和病院 田村町 ☎23-2020	岡崎整形外科 三関字仲田 ☎23-7000	かわさきファミリークリニック 川崎町薄衣字久伝 ☎43-3770	齋藤外科クリニック ☎22-7260 三条小児科医院 ☎23-0088
24㊟	小野寺内科循環器科 末広一丁目 ☎23-5600	かねた整形外科医院 山目字才天 ☎33-1110	菅野内科医院 大東町摺沢字摺沢駅 ☎75-2772	小野寺医院 ☎23-9890 おだか医院 ☎22-3210
30㊟	木村消化器内科 三関字仲田 ☎21-1311	中里クリニック 石畑 ☎32-5888	たかがね内科泌尿器科クリニック 千厩町千厩字構井田 ☎51-1377	相澤内科医院 ☎22-6623 うちクリニック ☎23-0087

※休日当番医は、変更になることがあります。あらかじめ電話で確認の上、保険証をお持ちください。診療時間は9時から17時までです。
※当日の休日当番医の確認は、市役所本庁 ☎21-2111、消防本部 ☎25-0119でもできます。



♥11月の献血カレンダー

日	会 場	受付時間	区分	地域
2㊟	一関高専	10:00～12:00	全血	一関
		13:30～15:00		
9㊟	室根きらめきパーク体育館	10:00～12:00	全血	室根
		13:30～15:30		
11㊟	市役所本庁	9:30～10:30	成分	一関
		13:00～16:00		
12㊟	一関地区合同庁舎 消防本部	9:30～10:30	成分	一関
		9:30～11:30		
13㊟	コスモ工業㈱ 一関高等看護学院	13:00～14:30	全血	一関
		15:10～16:30		
23㊟	一関サティ	10:00～12:00	全血	一関
		13:30～16:00		
27㊟	一関警察署 協立ハイパーツ㈱一関工場 一関工業高	9:30～11:00	全血	一関
		11:45～13:30		
		15:05～17:00		

※成分献血は、採血に時間を要するため予約が必要です。実施日の5日前までに、各保健センターへご連絡ください。

♥認知症の高齢者を介護する家族のつらい

介護について日ごろの思いを語り合いませんか。市内にお住まいで認知症の高齢者を介護している家族を対象に11月から5回コースで開催します。1回目は11月下旬に開催予定です。ぜひご参加ください。

◎申込先・問い合わせ先…一関保健センター ☎21-2160