

健康コーナー

花泉地域

♥9月の健康カレンダー

日	内容	時間	会場
6㊟	ふれあい会	10:00~12:00	花泉支所
13㊟	玄米ニギニギ体操教室	10:00~11:15	
27㊟	ふれあい会	10:00~14:00	

※母子手帳交付、母性・一般健康・栄養相談は電話予約にて対応します。

※玄米ニギニギ体操教室はどなたでも参加できます。

大東地域

♥9月の健康カレンダー

日	内容	時間	会場
2㊟	健康相談	9:30~12:00	天狗田生活改善センター
7㊟			向山青少年会館
9㊟	母性相談	13:00~17:15	大東保健センター
10㊟	もぐもぐ離乳食教室 ダイケア	9:30~12:00 9:30~14:00	
16㊟	健康相談	9:30~12:00	内野生活改善センター
24㊟	母性相談	13:00~17:15	大東保健センター

千厩地域

♥9月の健康カレンダー

日	内容	時間	会場
8㊟	ダイケア	10:00~	千厩保健センター

東山地域

♥9月の健康カレンダー

日	内容	時間	会場
2㊟	健康教育・健康相談	10:00~11:30	羽根堀公民館
		13:30~15:00	東山地域交流センター
7㊟	健康相談	10:00~11:30	長平公民館
		13:30~15:00	山谷自治会館
10㊟	やまゆりの会	10:00~14:00	東山保健センター
16㊟	健康教育・健康相談	10:00~11:30	ふるさとセンター
		13:30~15:00	磐井里公民館

室根地域

♥9月の健康カレンダー

日	内容	時間	会場
6㊟	第8区健康教室	10:00~11:30	消防コミュニティセンター
8㊟	ふれあい会	9:30~15:00	町外研修
10㊟	第9区健康教室	10:00~11:30	西の沢地区集落センター
13㊟	屋中ふれあいサロン	10:00~12:00	屋中地区会館
17㊟	第10区健康教室	10:00~11:30	八幡沖集落センター
24㊟	第11区健康教室	10:00~11:30	高沢地区集落センター

川崎地域

♥9月の健康カレンダー

日	内容	時間	会場
5㊟	男の幸せ厨房	13:30~17:00	川崎公民館
7㊟	てんとう虫教室	10:00~15:00	
	調理実習	10:00~12:00	
26㊟	障がい者アート交流(絵画)	13:00~15:00	
	男の幸せ厨房	13:30~17:00	
28㊟	てんとう虫教室	10:00~15:00	
	調理実習	10:00~12:00	
28㊟	障がい者アート交流(遊書)	13:00~15:00	

♥循環器系健診(若年者・特定・後期高齢者の健診)・介護予防健診・肝炎ウイルス検診

地域	日	時間	会場
一関	6㊟	9:30~11:00	自然休養村管理センター(厳美)
		13:00~14:00	
	10㊟	10:00~11:00	中里公民館
		13:00~14:00	
	11㊟	9:30~11:00 13:30~14:30	一関保健センター
	一関	13㊟	9:30~11:00
13:00~14:00			
14㊟		10:00~11:00	関が丘コミュニティセンター
		13:00~14:00	
15㊟	9:00~11:00	一関農村センター(滝沢)	
	14:00~15:00		
16㊟	9:30~11:00	サン・アビリティーズ一関	
	13:00~14:00		
花泉	7㊟	9:30~11:00	花泉総合福祉センター
	8㊟	13:30~15:00	
千厩	1㊟	9:30~11:00	千厩保健センター
東山	9㊟	9:30~10:30	東山保健センター
		13:00~14:00	
室根	1㊟	13:30~14:30	室根保健センター
	2㊟	9:30~10:30	ひこばえの森交流センター 交流促進センター
13:30~14:30			
川崎	3㊟	9:30~11:00	川崎体育センター
		13:00~14:00	

一関地域

♥9月の地区健康相談

地区	日	時間	会場
一関	16㊟	13:30~15:00	ひまわり会館
	17㊟	13:00~14:30	宮坂集会所 4区公民館
山目	9㊟	13:30~15:00	外山ふれあいセンター
		10:00~12:00	
	16㊟	13:30~15:00	山目公民館
中里	6㊟	10:00~12:00	5区集会所
	15㊟	10:00~12:00	7区公民館
24㊟	10区公民館		
厳美	2㊟	10:00~11:30	入道小河原集会所 市野々原公民館
		13:30~15:00	
	10㊟	10:00~12:00	厳美7区公民館
	15㊟	10:00~11:30	上野公民館
	21㊟		
	24㊟	10:00~11:30	自然休養村管理センター
	29㊟	13:30~15:00	広面生活改善センター 13区集落センター
萩荘	1㊟	10:00~11:30	6区公民館
	9㊟		赤猪子公民館
	17㊟		谷起島公民館
舞川	2㊟	10:00~12:00	烏兎が森ふるさと館
	13㊟		舞川2区公民館
弥栄	15㊟	10:00~12:00	鶴巻集会所
	17㊟		本郷集会所

♥9月の栄養相談

離乳食の進め方や生活習慣病予防の食事、栄養について、気軽にご相談ください。

◇日時…①9月13日㊟②27日㊟9:00~16:00

◇会場…一関保健センター

♥玄米ニギニギ体操

新しい人も大歓迎です。一緒に健康づくりをしましょう。

◇日時…①9月8日㊟②24日㊟13:30~(1時間程度)

◇会場…①関が丘コミュニティセンター②山目公民館

◎問い合わせ先…一関保健センター

地域	日	時間	会場
一関	28㊟	11:00~11:15	瑞山公民館
		13:30~13:45	小猪岡ミーティングハウス
		15:00~15:15	佐藤宮男氏宅(市野々原)
	29㊟	9:30~9:45	上野公民館
		10:30~10:45	松原公民館
		13:30~13:45	山谷公民館
花泉	7㊟	9:30~11:00	花泉総合福祉センター
		8㊟	
	9㊟	9:00~9:45	涌津公民館
		10:30~11:15	永井公民館
		11:45~12:00	高倉コミュニティセンター
		14:00~14:30	蝦島コミュニティセンター
		15:00~15:30	油島公民館
		9:00~9:30	日形公民館
	10㊟	10:00~10:30	老松公民館
		11:00~11:15	刈生沢コミュニティセンター
		11:45~12:15	金沢公民館
		14:00~14:30	花泉公民館
		15:00~15:30	花泉支所
		9:00~11:00	千厩保健センター
	21㊟	13:30~14:00	エスピア第2駐車場
		14:30~15:00	にこりぬま会館
		15:30~16:00	磐清水文化センター
		9:00~9:30	大平集落センター
10:00~10:30		宝築集落センター	
11:00~11:30		三沢自治会館	
22㊟	13:30~14:00	維新館	
	14:30~15:00	町下会館	
	15:30~16:00	寺崎前構造改善センター	
	9:00~9:30	すすきの駐車場	
	10:00~10:30	マリアージュ駐車場	
	11:00~11:30	JR千厩駅	
27㊟	13:30~14:00	小梨公民館	
	14:30~15:00	みなみ交流センター	
	9:00~10:00	千厩保健センター	
	10:30~11:00	遊もあ館	
	27㊟	9:00~9:20	山谷自治会館
		9:50~10:20	東山農村勤労福祉センター
10:50~11:10		野平公民館	
13:00~13:30		松川公民館	
14:00~14:20		松川第2区公民館	
14:50~15:10		岩ノ下ふれあい館	
29㊟	9:00~9:20	束稲生活改善センター	
	10:00~10:20	竹沢構造改善センター	
	10:50~11:10	夏山自治会館	
	13:00~13:30	田河津公民館	
	14:00~14:15	愛花夢館	
	9:00~9:40	あたごセンター	
30㊟	10:10~10:30	里前集会所	
	11:00~11:15	ゆみおり館	
	13:00~13:20	磐井里集会所	
	13:50~14:30	東山保健センター	
	13:30~13:50	ひこばえの森交流センター	
	14:10~14:30	高沢地区集落センター	
室根	28㊟	14:50~15:10	西の沢地区集落センター
		9:00~9:20	佐野地区会館
		9:50~10:10	(旧)釘子小学校
		10:40~11:00	浮野地区生活改善センター
		13:30~14:00	竹野下地区会館
		14:20~14:40	(旧)津谷川小学校
	29㊟	15:00~15:20	平原地区会館
		9:00~9:20	田茂木地区コミュニティセンター
		9:50~10:10	第4区集落センター
		10:40~11:00	浜横沢下地区会館
		13:15~13:50	室根ふるさとセンター
		14:20~15:00	室根支所
川崎	3㊟	9:30~11:00	川崎体育センター
		11:30~12:00	矢作公民館
		13:30~14:00	石畑研修センター
		14:30~15:00	妻神公民館
		15:30~16:00	川崎農村研修センター(門崎)

♥9月の労働者の健康相談

50人未満の小規模事業所で働く事業主や労働者を対象に、無料で産業医が健康相談を行っています。

◇日時…①9月2日㊟②9日㊟③16日㊟13:00~15:00

◇会場…①一関商工会議所千厩支所②③一関市医師会

◎問い合わせ先…岩手県一関地域産業保健センター ☎23-5110

♥明るく生きる2010こころのシンポジウム

心の病を抱え、自殺に傾いている人たちを救う手がかりや必要な支援を考え、学び、語り合います。

◇日時…9月12日㊟13:30~16:00

◇会場…室蓬ホール(大東町)

◎問い合わせ先…地域活動支援センター一関ほのぼのステーション ☎32-4889

♥こころの健康相談~9月は県自殺防止月間です~

心の問題に一人で悩まず、気軽にご相談ください。専門の医師が無料で相談に応じています。

予約制ですので、あらかじめ電話でお申し込みください。

◇日時・会場…9月16日㊟千厩行政センター

◎申込先・問い合わせ先…一関保健所保健課 ☎26-1415 または一関保健センター、各支所保健福祉課

♥胃がん・大腸がん検診

地域	日	時間	会場
一関	4㊟	6:30~8:30	市役所本庁玄関ホール

♥結核健康診断

地域	日	時間	会場
一関	6㊟	9:30~11:00	自然休養村管理センター(厳美)
		13:00~14:00	
	8㊟	9:30~11:00	一関保健センター
		13:00~13:30	
	9㊟	14:30~14:45	下相川分館
		15:15~15:30	
		15:45~16:00	
	10㊟	9:30~11:00	市役所本庁
		14:45~15:00	
		15:45~16:00	
	11㊟	10:00~11:00	岩手県南技術研究センター
		13:00~14:00	
		14:45~15:30	
	11㊟	9:30~11:00	一関保健センター
		13:30~14:30	
		9:30~11:00	
	13㊟	9:30~11:00	一関学習交流館(赤荻)
		13:00~14:00	
		14:45~15:15	
	14㊟	10:00~11:00	松本松一氏宅(赤荻)
		13:00~14:00	
		14:45~15:30	
	15㊟	9:30~11:00	関が丘コミュニティセンター
		13:00~14:00	
14:45~15:30			
16㊟	9:30~11:00	一関20区公民館	
	13:00~14:00		
	14:45~15:00		
15㊟	9:30~11:00	一関農村センター(滝沢)	
	14:00~15:00		
	15:45~16:00		
16㊟	9:30~11:00	平沢分館	
	13:00~14:00		
	15:45~16:00		
16㊟	9:30~11:00	真滝幼稚園	
	13:00~14:00		
	14:45~15:30		
27㊟	9:30~10:00	サン・アビリティーズ一関	
	10:45~11:15		
	13:30~14:00		
27㊟	13:30~14:00	16区会館(ほうりょう児童公園)	
	14:30~14:45		
	9:30~10:00		
28㊟	9:30~10:00	真滝7区公民館	
	10:45~11:15		
	13:30~14:00		
28㊟	13:30~14:00	弥栄公民館	
	14:30~14:45		
	9:30~10:00		
28㊟	9:30~10:00	牧沢消防コミュニティセンター	
	10:45~11:15		
	13:30~14:00		
28㊟	14:30~14:45	下滝沢公民館	
	9:30~10:00		
	14:30~15:00		
28㊟	9:30~10:00	一関生活改善センター(本寺)	
	10:45~11:15		
	13:30~14:00		