

大東地域

7月の健康カレンダー

日	内容	時間	会場
15㊟	デイケア	9:30~14:00	大東保健センター

千厩地域

7月の健康カレンダー

日	内容	時間	会場
21㊟	デイケア	10:00~	千厩保健センター

東山地域

7月の健康カレンダー

日	内容	時間	会場
15㊟	やまゆりの会	10:00~14:00	東山保健センター
19㊟	健康教育・健康相談	10:00~11:30	松川公民館
		13:30~15:00	松川第2区公民館
		10:00~11:30	岩ノ下ふれあい館
20㊟		13:30~15:00	三室公民館
27㊟		10:00~11:30	野平公民館
		13:30~15:00	松川8区公民館
28㊟		10:00~11:30	農村勤労福祉センター

室根地域

7月の健康カレンダー

日	内容	時間	会場
5㊟	第1区健康教室	10:00~11:30	中里地区会館
12㊟	第2区健康教室	10:00~11:30	浜横沢下地区会館
13㊟	第10区健康教室	9:30~10:30	八幡沖集落センター
19㊟	第3区健康教室	10:00~11:30	三峰地区農村会館
21㊟	ふれあい会	9:30~15:30	町外研修
29㊟	第4区健康教室	10:00~11:30	第4区集落センター

川崎地域

7月の健康カレンダー

日	内容	時間	会場
4㊟	健康相談・栄養改善	9:30~11:00	大久保公民館
5㊟	砂鉄川園ウォーキング交流会	10:00~12:00	川崎公民館
	調理実習	10:00~12:00	
	障がい者アート交流(絵画)	13:00~15:00	
6㊟	健康相談・栄養改善	9:30~11:00	泉沢自治会館
7㊟			巻畑研修センター
8㊟			布佐研修センター
13㊟			針山研修センター
14㊟			妻神公民館
20㊟			農村研修センター
21㊟			銚子研修センター
22㊟			神平研修センター
25㊟			官紅研修センター
26㊟			てんとう虫教室
	調理実習	10:00~12:00	
	障がい者アート交流(遊書)	13:00~15:00	
29㊟	キューピー広場	9:30~11:30	川崎農村環境改善センター

フリースペースひだまり

家の外に出ることができないなど、ひきこもりで悩んでいる人が利用できます。ご家族の情報交換・交流も行っています。希望する人は開催日前日までにお申し込みください。
 ◇日時…7月4日㊟13:30~16:00
 ◇会場…一関市勤労青少年ホーム
 ◎申込先・問い合わせ先…一関保健所保健課 ☎26-1415

一関地域

7月の健康相談

地区	日	時間	会場
一関	5㊟	13:30~15:00	8区公民館
山目	12㊟	10:00~12:00	宮下公民館
中里	8㊟	13:30~15:00	生活協同組合(コープ)
	12㊟		上大林集会所
	13㊟		12区集会所
真滝	6㊟	10:00~12:00	三関公民館
	8㊟	10:00~11:30	11区寄合センター
	20㊟	13:30~14:30	15区公民館
	22㊟	13:30~15:00	牧沢集会所
厳美	8㊟	10:00~11:30	栃倉公民館
	15㊟	13:30~15:00	広面生活改善センター
	26㊟	10:00~11:30	生活改善センター
	28㊟		本寺公民館
萩荘	14㊟	10:00~11:30	江川公民館
	21㊟		萩荘公民館
	26㊟		駒下集会所

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…7月11日㊟、25日㊟ 9:00~16:00
 ◇会場…一関保健センター

玄米ニギニギ体操

自分の体力に合わせて続けることで、自然に筋力や握力が鍛えられ、基礎体力が向上します。事前申し込みは不要です。ニギニギ棒をお持ちの方はご持参ください。
 ◇日時…①7月13日㊟②22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…食改協会長(熊谷) ☎23-1310

花泉地域

7月の健康カレンダー

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

※母子健康手帳交付、▶母性▶一般健康▶栄養相談は電話予約にて対応しています。
 玄米ニギニギ体操教室はどなたでも参加できます。

7月の同時受診

若年者・特定・後期高齢者健診、胃がん・大腸がん・肺がん・肝炎ウイルス検診を実施します。
 申し込みをしていない人で受診を希望する人は、本庁健康づくり課(一関保健センター内)または各支所保健福祉課へ問い合わせください。

地域	日	時間	会場
一関	2㊟	6:45~9:00	市役所本庁
	3㊟		市総合体育館(ユードーム)
	20㊟		市役所本庁
	23㊟		
千厩	10㊟	6:45~9:00	維新館
	11㊟		
	12㊟		千厩農村環境改善センター
	13㊟		
	14㊟		
	15㊟		
東山	19㊟	6:45~9:00	小梨公民館
	1㊟		田河津公民館
	8㊟		東山地域交流センター
	9㊟		

看護師によるこども救急相談電話

夜間における子供の病気への対応や応急処置などを看護師に相談できる窓口を開設しています。
 ◇受付時間…19:00~23:00(年中無休)
 ◎相談先…☎019-605-9000または局番なしの☎#8000(PHS・ダイヤル式回線電話・IP電話をご利用の方は☎019-605-9000へ)

こころの健康相談(無料)

うつや神経の過敏などの心の不調により、日常生活に支障を感じている人やご家族の相談に専門の医師が対応します。プライバシーは厳守します。事前に予約をしてください。
 ◇日時・会場…7月21日㊟13:30~15:30・千厩保健センター
 ◎申込先・問い合わせ先…一関保健所保健課 ☎26-1415または本庁健康づくり課、各支所保健福祉課

もぐもぐ離乳食教室(ももコース)

◇日時・会場…7月22日㊟9:30~12:00・室根保健センター
 ◇対象…22年10月~23年2月生まれの子供と保護者
 ◇内容…栄養士・保健師講話、調理実習、試食など
 ◇定員・費用…先着親子10組・100円(調理実習費)
 ◇申込期限…7月15日㊟
 ◎申込先・問い合わせ先…室根支所保健福祉課

すこやか幼児教室

◇日時・会場…7月26日㊟9:30~12:00・一関保健センター
 ◇対象…1歳~1歳6カ月児健康診査前の子供と保護者
 ◇内容…栄養士・保健師講話、調理実習、試食など
 ◇定員・費用…先着親子12組・200円(調理実習費)
 ◇申込期限…7月19日㊟
 ◎申込先・問い合わせ先…本庁健康づくり課

子宮頸がん予防ワクチン接種再開のお知らせ

ワクチンの供給不足のため差し控えをお願いしてた高校2年生の初回接種を6月10日から再開しました。該当者(高校2年生)の保護者には個人通知でお知らせしています。医療機関に予約の上、必要書類を持参し、接種してください。
 なお、今年度に接種を予定している中学1年生~高校1年生については、必要な供給量が確保でき次第、お知らせしますので、もうしばらくお待ち下さい。
 ◎問い合わせ先…本庁健康づくり課(一関保健センター内)

磐井病院「がん患者・家族サロン」の名称を募集します

がん患者や家族の心のケアの充実を目的に、気軽に語り合い、情報収集できる場として9月に開設予定です。
 ◇募集期間…7月1日㊟~15日㊟
 ◇応募方法…サロンの名称と理由、住所、氏名を記入の上、メール、ファクス、はがきでご応募ください。
 ◎申込先・問い合わせ先…県立磐井病院地域医療福祉連携室地域連携班 ☎029-0192一関市狐禅寺字大平17 ☎23-3452 FAX21-3990電子メールEA1007@pref.iwate.jp

7月の市民のこころの健康相談窓口(無料)

臨床心理士が相談に応じます。事前に申し込みください。

日	受付時間	会場・申込先
4㊟	10:00~11:00	一関保健センター・本庁健康づくり課
11㊟	13:30~14:30	大東保健センター・大東支所保健福祉課
25㊟	10:00~11:00	東山保健センター・東山支所保健福祉課
	13:30~14:30	川崎支所保健福祉課

◎問い合わせ先…本庁健康づくり課または各支所保健福祉課

7月の労働者の健康相談

50人未満の小規模事業所の事業主や労働者を対象に、産業医が健康相談を行います。下記相談日のほか、電話やFAXでも随時、相談に応じています。
 ◇日時…①7月7日②14日、21日、28日全て㊟13:00~15:00
 ◇会場…①一関市商工会議所千厩支所②一関市医師会
 ◎問い合わせ先…岩手県一関地域産業保健センター ☎23-5110 FAX23-9955

7月の子宮がん・乳がん検診

申し込みをしていない人で受診を希望する人は、本庁健康づくり課または各支所保健福祉課へ問い合わせください。

地域	日	時間	会場
大東	20㊟	9:30~10:00 13:30~14:00	大東農村環境改善センター(猿沢)
	21㊟		潤い活力プラザ(大原)
	22㊟		大東保健センター
	27㊟		大東普慶地区センター
	28㊟		大東開発センター
	29㊟		大東コミュニティセンター
30㊟			
31㊟			
室根	1㊟	9:00~10:00 13:00~14:00	室根保健センター
	2㊟		