

4月の小児・成人夜間救急当番医

日	区	医療機関	電話
2	西	佐藤胃腸科内科医院(山目町)	23-9678
⑨	東	室根診療所(折壁)	64-2127
3	西	木村消化器内科(三関)	21-1311
⑩	東	本多医院(大原)	72-2133
4	西	袋医院(花泉)	82-3316
⑪	東	かわさきファミリークリニック(薄衣)	43-3770
5	西	寺崎内科胃腸科医院(青葉)	23-6211
⑫	東	県立千厩病院(千厩)	53-2101
6	西	西城医院(舞川)	28-2393
⑬	東	もりあい内科クリニック(千厩)	51-3322
9	西	さとう小児科医院(桜木町)	23-4020
⑭	東	谷藤内科医院(千厩)	51-3355
10	西	誠信堂医院・小児科(浦津)	82-3434
⑮	東	吉田内科循環器科医院(大原)	71-2131
11	西	氷室内科医院(青葉)	23-3185
⑯	東	かわさきファミリークリニック(薄衣)	43-3770
12	西	中野内科循環器科クリニック(山目)	33-2311
⑰	東	県立千厩病院(千厩)	53-2101
13	西	菅原内科循環器科医院(浦津)	82-5528
⑱	東	阿部医院(長坂)	47-3898
16	西	ひらいずみ内科クリニック(平泉)	34-1133
⑲	東	菅野内科医院(摺沢)	75-2772
17	西	阿部内科クリニック(竹山町)	23-2918
⑳	東	猿沢診療所(猿沢)	76-2020
18	西	及川内科胃腸科クリニック(鳴神)	31-3131
㉑	東	かわさきファミリークリニック(薄衣)	43-3770
19	西	いとう脳神経内科(上坊)	21-8200
㉒	東	県立千厩病院(千厩)	53-2101
20	西	一関中央クリニック(中央町)	21-1222
㉓	東	たかがね内科泌尿器科クリニック(千厩)	51-1377
23	西	桂島医院(駅前)	21-8883
⑳	東	千厩ひかりクリニック(千厩)	51-1156
24	西	かとうこどもクリニック(山目)	33-2211
㉔	東	もりあい内科クリニック(千厩)	51-3322
25	西	小野寺内科循環器科(末広)	23-5600
㉕	東	かわさきファミリークリニック(薄衣)	43-3770
26	西	佐藤胃腸科内科医院(山目町)	23-9678
㉖	東	県立千厩病院(千厩)	53-2101
27	西	木村消化器内科(三関)	21-1311
㉗	東	菊池内科医院(沖田)	74-2512

*診療時間…18:00～20:00
 *当番医を電話で確認してからお出掛けください

夜間こども救急相談電話

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です。受け付けは19:00～23:00(年中無休)。
 ☎☎019-605-9000または☎#8000

4月の乳幼児・4・5歳歯科健康診査

■一関・花泉地域 期日(対象)・受付時間…【3～4カ月児健診】▶19日⑩(23年12月1～21日生まれ)▶20日⑪(22～31日生まれ)・12:45～13:00【9～10カ月児相談】▶19日⑫(23年6月1～14日生まれ)▶20日⑬(15～30日生まれ)・8:45～9:00【1歳6カ月児健診】▶12日⑭(22年9月1～13日生まれ)▶13日⑮(14～30日生まれ)・12:45～13:00【2歳6カ月児歯科健診】▶12日⑯(21年10月1～16日生まれ)▶13日⑰(17～31日生まれ)・8:45～9:00【3歳児健診】▶5日⑱(20年10月1～16日生まれ)▶6日⑲(17～31日生まれ)・12:45～13:00 会場…一関保健センター

■大東・東山地域 期日・受付時間・会場…【3～4カ月児健診】25日⑳・13:00～13:15・東山保健センター【9～10カ月児相談】24日㉑・9:00～9:15・大東保健センター【1歳6カ月児健診】18日㉒・13:00～13:15・東山保健センター【2歳6カ月児歯科健診】24日㉓・13:15～13:30・大東保健センター【3歳児健診】17日㉔・13:00～13:15・大東保健センター

■千厩・室根・川崎・藤沢地域 期日・受付時間…【3～4カ月児健診】18日㉕・12:30～12:45【9～10カ月児相談】24日㉖・9:00～9:15【1歳6カ月児健診】26日㉗・12:30～12:45【2歳6カ月児歯科健診】24日㉘・13:00～13:15【3歳児

健診】25日㉙・12:30～12:45 会場…千厩保健センター(3～4カ月児健診は川崎防災センター)

■4・5歳歯科健康診査 18・19年10月生まれの方は契約歯科医療機関で受診してください。

■お知らせ 乳幼児の健康診査、4・5歳の歯科健康診査の日程は5月分より、毎月15日号に掲載します。

☎本庁健康づくり課または各支所保健福祉課

ポリオ予防接種(一関・花泉地域)

■期日・対象…▶24日㉚・22年6月～23年9月生まれ▶25日㉛・16年10月27日～22年5月生まれ

■受付時間…13:00～13:15

■会場…市総合体育館「ユードーム」

■注意事項…▶三種混合ワクチン接種の初回分(3回接種)が終了した後に接種対象になります▶1歳以上の人は麻しん風しん混合ワクチン(MR)予防接種を優先してください

☎本庁健康づくり課または花泉支所保健福祉課

ヒブワクチン・小児用肺炎球菌ワクチン予防接種の公費助成

どちらも任意の予防接種です。接種希望者は、母子健康手帳を持参して健康づくり課または各支所保健福祉課窓口で接種券の交付を受けてください。

■対象…市内に住所がある生後2カ月齢～5歳未満の人

■接種回数…接種開始年齢(月齢)で異なります。詳しくはお問い合わせください

■期間…4月1日㉜～25年3月31日㉝

☎本庁健康づくり課または各支所保健福祉課

子宮頸がん予防ワクチン接種 25年3月31日まで期間延長

23年度接種対象者のワクチン接種期間を延長します。対象者証明書を持参の上、医療機関で接種してください。ただし、23年度高校1年生は、3月までに1回または2回接種した人が公費助成の対象となります。新中学1年生の接種対象者には4月下旬に個別通知します。

☎本庁健康づくり課

市民のこころの健康相談

■日時・会場…▶2日㉞10:00～11:00・一関保健センター▶9日㉟10:00～11:00・大東保健センター▶16日㊱13:30～14:30・花泉支所保健福祉課▶23日㊲10:00～11:00・千厩支所保健福祉課▶23日㊳13:30～14:30・室根支所保健福祉課

☎本庁健康づくり課または各支所保健福祉課

アルコール家族教室

飲酒やアルコール依存で悩む家族を対象に教室(全6回)を開設します。

■期日…4月10日、5月8日、6月5日、7月3日、8月7日、9月4日いずれも㊴

■時間…14:00～16:00

■場所…県立南光病院

☎本庁健康づくり課または各支所保健福祉課

4月の地域別健康日程

<一関地域>
 ■栄養相談 日時・会場…9日㊵、23日㊶9:00～16:00・一関保健センター

☎本庁健康づくり課☎21-2160

■玄米ニギニギ体操 期日・会場…▶11日㊷・関が丘コミュニティセンター▶27日㊸・山目公民館 時間…13:00～

☎食改(熊谷)☎23-1310
 <花泉地域>
 ■ふれあい会 日時・会場…▶9日㊹10:00～12:00▶23日㊺10:00～14:00・花泉支所

■玄米ニギニギ体操教室 日時・会場…9日㊻10:00～11:15・花泉支所

☎花泉支所保健福祉課☎82-2216

<大東地域>
 ■デイケア 日時・会場…27日㊼9:30～13:00・大東保健センター

☎大東支所保健福祉課☎71-1211

<千厩地域>
 ■デイケア 日時・会場…12日㊽10:00～14:00・千厩保健センター

☎千厩支所保健福祉課☎53-3952

<東山地域>
 ■やまゆりの会 日時・会場…20日㊾10:00～14:00・東山保健センター

■24年度「骨コツ!貯筋教室」日時…月1回9:30～11:30(初回は4月27日㊿)会場…東山保健センター 対象…東山地域の65歳以上 内容…血圧測定、健康相談、体操 申込期限…4月20日㊿

☎東山支所保健福祉課☎47-4530

<室根地域>
 ■ふれあい会 日時・会場…27日㊿10:00～14:00・室根保健センター

☎室根支所保健福祉課☎64-3805

<川崎地域>
 ■てんとう虫教室 日時・会場…17日㊿、24日㊿10:00～15:00・川崎公民館 内容…調理実習、障害者アート交流(絵画、遊書)

☎川崎支所保健福祉課☎43-4022

<藤沢地域>
 ■デイケアすみれの会 日時・会場…27日㊿10:00～14:00・藤沢保健センター

☎藤沢支所保健福祉課☎63-5304

4月の休日当番医

日	区分	医療機関	電話
1	西	木村消化器内科(三関)	21-1311
	外	岩崎外科医院(三関)	26-2488
	東	もりあい内科クリニック(千厩)	51-3322
⑩	気仙沼	小野医院(唐桑町)	32-3128
	南	三条小児科医院(田中前)	23-0088
	三陸	佐藤内科クリニック(志津川)	47-1175
8	西	内 ひらいずみ内科クリニック(平泉)	34-1133
	外	菅原整形外科クリニック(銅谷町)	23-0501
	東	本多医院(大原)	72-2133
⑪	気仙沼	葛内科胃腸科医院(田中前)	22-6750
		条南整形外科(田中前)	29-6711
		菊池医院(銅谷町)	23-7100
15	西	外 岩手クリニック一関(旭町)	21-5111
	東	菊池内科医院(沖田)	74-2512
	気仙沼	うちクリニック(東新城)	23-0087
⑬	西	内 気仙沼市立本吉病院(本吉町)	42-2621
	外	さとう小児科医院(桜木町)	23-4020
	東	誠信堂医院(浦津)	82-3362
22	西	東 かわさきファミリークリニック(薄衣)	43-3770
	気仙沼	大友病院(三日町)	22-6868
		小松クリニック(東八幡前)	21-5770
29	西	内 中野内科循環器科クリニック(山目)	33-2311
	外	岩崎外科医院(三関)	26-2488
	東	千厩ひかりクリニック(千厩)	51-1156
⑲	気仙沼	佐々木小児科医院(本郷)	22-6811
		森田医院(八日町)	22-6633
		袋医院(花泉)	82-3316
30	西	外 菅原整形外科クリニック(銅谷町)	23-0501
	東	たかがね内科泌尿器科クリニック(千厩)	51-1377
	気仙沼	遠藤産婦人科医院(本郷)	22-6828
	小野寺医院(赤岩五駄鱈)	23-9890	

*診療時間…9:00～17:00
 *当番医を電話で確認してからお出掛けください
 *気仙沼市・南三陸町(市外局番0226)の当番医は医療機関により一部診療時間が異なります

4月の献血カレンダー

日	献血会場	時間
1⑩	イオンスーパーセンター一関店	10:00～16:00
5⑤	市役所本庁	9:30～12:30
	(株)カワチ薬品一関店	14:00～16:30
6⑥	(株)佐々木製菓	9:00～11:00
	三光化成(株)東北事業部	12:00～13:00
13⑬	ジョイス三関店	14:30～16:00
	(株)一測設計	9:30～11:00
18⑱	いわて生協コープ一関コルザ	14:30～16:00
	一関地区合同庁舎	9:30～11:00
19⑲	第一貨物(株)一関営業所	12:00～13:00
	(株)神文ストア菽荘パイパス店	14:30～16:30
22⑳	(株)千葉建設	9:30～11:00
	国際医療福祉専門学校一関校	13:00～16:00
27㉟	イオン一関店	10:00～16:00
	花泉支所	10:00～11:00
27㊿	SWS東日本(株)花泉物流センター	12:00～13:00
	(株)神文ストア花泉店	14:30～16:00

*すべて全血献血です
 *天候などにより、時間や会場が変更になる場合がありますのでご了承ください

狂犬病は、発病すると神経症状を起こし、ほぼ100%死亡するといわれ、極めて悲惨で恐ろしい人獣共通の感染症です。り患した犬などにかまれた時に唾液中に含まれる狂犬病ウイルスが傷口から侵入して感染します。

近年、国内では狂犬病の発生はありませんが、世界に目を向けると、毎年約5万5千人が狂犬病で命を落としています。特に東アジア地域の感染状況は深刻。いつ日本に狂犬病ウイルスが侵入するかわからない状況です。

狂犬病の流行阻止には犬へのワクチン接種が極めて有効。病気に対する不安や恐怖を大幅に軽減することができます。毎年一回の予防接種は飼い主の責務。狂犬病予防注射を受けさせてください。

もしも、犬にかまれた時は、傷口を消毒し、医師に診てもらうことをお勧めします。

(関連記事26、27ページ)



Sugawara Hideo

Interview
健康塾

後藤定幸さん 花泉町油島 64歳

Voice 元気のひみつ
 バランス良い食事と運動の組み合わせで健康づくり

油島公民館で行われる「旬を楽しむ会」の代表を務めており、地域の皆さんと一緒に料理を楽しんでいます。バランスの良い食事を取るように心掛けています。今後は、伝統食を掘り起こしてみたいです。食事の他に運動も大切。私は花泉ウォーキング協会の会員です。食事と運動をうまく組み合わせて体力づくりを行い、充実した生活を送っています。



Goto Sadayuki