

2016 希望郷 いわて国体・いわて大会通信

Ichinoseki city Hall

December 2016



希望郷いわて国体・希望郷いわて大会 一関市開催競技会終了 市民の皆さん、ありがとうございました

当市で開催された第71回国民体育大会「希望郷いわて国体」および第16回全国障害者スポーツ大会「希望郷いわて大会」は、皆さんの協力のおかげで成功裡に終了しました。全国各地から多くの選手・監督を迎え、たくさんの感動と感謝を伝えることができました。皆さんの協力に心から感謝します。ありがとうございました。



●本庁国体推進室（合同庁舎内）☎4850

*「いわて国体・いわて大会通信」は今回が最終回です



元気の
ひみつ
Voice

Sugawara
Tei

菅原 貞さん

花京町老松 83歳

仲間との時間が元気をくれる

「老松大黒舞保存会」に所属しています。月2回の定例会には欠かさず参加。敬老会、福祉施設や公民館のイベントなどで大黒舞を披露しています。

10月に行われた岩手国体のバレーボール会場で、老松小の児童と一緒に大黒舞を舞いました。大黒舞は、地域の大切な財産。伝統を守るため、地域ぐるみの活動を今後も続けていきたいと思っています。

大黒舞を通して知り合った人たちは、かけがえのない仲間です。一緒にいることで元気をもらっています。また、民生委員を務めてきたときの仲間とも家を行き来したり、食事会を開いたりして楽しい時間を過ごしています。

一緒に暮らす息子夫婦や仲間の存在も生きる希望です。

■両親学級（すいせん）

◇日時・内容：1月10日⑨9時30分～13時 保健師講話・栄養士講話・調理実習②1月28日⑨9時30分～11時50分・助産師講話、もく浴実習、リラククスヨガ、妊婦シミュレーター体験◇場所：一関保健センター◇対象：市内在住の妊婦とその家族◇定員・費用：先着12組・3000円（①だけ）◇申し込み：12月26日⑨まで *次回は平成29年3月7日⑨、18日⑨を予定

防食（カロリー）押さえるための秘訣教えます！
健康づくり課（七ヶ岡内）または各支所保健福祉課

■アルコール家族教室

正しい知識と対応を学び、家族の悩みを軽減させましょう。
◇日時：12月6日⑨14時～16時◇場所：県立南光病院◇内容：講話「アルコール依存症の心理」なぜ酒を断ち切れないのか？◇申し込み：事前に電話で予約

健康づくり課（七ヶ岡内）または各支所保健福祉課

■50人未満の小規模事業所が対象の健康相談

◇日時・場所：12月1日・商工会議所千厩支所②12月8日、15日、22日・一関市医師会事務所 *いずれも⑨、時間は13時～15時
①一関地域産業保健センター ☎5110 / FAX ☎29955

健康づくり課（七ヶ岡内）または各支所保健福祉課

健康だより 冬こそ用心！ノロウイルス食中毒

文・岩手県一関保健所 三浦史人 技術主幹兼環境衛生課長

ノロウイルス食中毒は、おう吐や下痢が主な症状で、11月から2月に多く発生します。

ノロウイルスは感染力が強く、患者の便には大量のウイルスがいます。患者の便が0.1%風呂に溶けると、1cc未満のお湯でウイルスに感染することがあるといわれています。

ノロウイルス食中毒を予防するために①体調の悪い人は調理しない②トイレやおむつ交換の後、調理前、帰宅後に石鹸で手をよく洗う③調理器具を熱湯や塩素系漂白剤で消毒する④加熱調理は中心まで十分に過熱する⑤おう吐物を片付けるときは、塩素系漂白剤を浸したペーパータオルや新聞紙などで包むなど、十分な注意が必要です。

12月の4歳5歳歯科健康診査

12月中に市内の契約歯科医療機関で受診してください。対象者には11月末に受診券を郵送しています。体調不良などで12月中に受診できない場合は下記へ連絡してください。

健診名	対象者
4歳歯科健診	24年6月生まれ
5歳歯科健診	23年6月生まれ

●子育て支援課（一関保健センター内）

1月のこころの健康相談（子育て）

臨床心理士が無料で相談に応じます。

日	場所	時間	定員
16日	一関保健センター	10:00～12:00 13:30～15:30	4
23日	千厩支所	10:00～12:00	2

●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

12月の献血カレンダー

日	献血会場	時間
4日	イオンスーパーセンター一関店	10:00～12:00 13:30～16:30
5日	（株）大武・ルート工業	9:00～11:00
	修紅短期大学	12:00～13:00
6日	一関警察署	14:30～16:30
	大東支所	9:30～12:00
22日	クボホームセンター大東店	14:00～16:00
	（株）佐原	9:00～12:00
25日	県立一関高等看護学院	14:00～16:20
	イオン一関店	10:00～12:00 13:30～16:00

*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

●健康づくり課（一関保健センター内）