

9月の乳幼児の健康診査

地域	内容	対象	日	受付時間	場所
一関 花泉	3～4カ月児健診	26年5月1日～16日生まれ	24(※)	12:45～13:00	一関保健センター
		26年5月17日～31日生まれ	25(※)		
	9～10カ月児相談	25年11月1日～13日生まれ	24(※)	8:45～9:00	
		25年11月14日～30日生まれ	25(※)		
	1歳6カ月児健診	25年2月1日～16日生まれ	11(※)	12:45～13:00	
		25年2月17日～28日生まれ	12(金)		
2歳6カ月児歯科健診	24年3月1日～14日生まれ	11(※)	8:45～9:00		
	24年3月15日～31日生まれ	12(金)			
3歳児健診	23年3月1日～13日生まれ	4(※)	12:45～13:00		
	23年3月14日～31日生まれ	5(金)			
大東 東山	3～4カ月児健診	26年5月生まれ	24(※)	13:00～13:15	東山保健センター
	9～10カ月児相談	25年11月生まれ	30(火)	9:00～9:15	大東保健センター
	1歳6カ月児健診	25年2月生まれ	10(※)	13:00～13:15	東山保健センター
	2歳6カ月児歯科健診	24年3月生まれ	30(火)		大東保健センター
	3歳児健診	23年3月生まれ	9(火)		
千厩 室根 川崎 藤沢	3～4カ月児健診	26年5月生まれ	17(※)	12:30～12:40	川崎防災センター
	9～10カ月児相談	25年11月生まれ	9(火)	8:50～9:00	千厩保健センター
	1歳6カ月児健診	25年2月生まれ	11(※)	12:30～12:40	
	2歳6カ月児歯科健診	24年3月生まれ	9(火)	13:00～13:10	
	3歳児健診	23年3月生まれ	10(※)	12:30～12:40	

☎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

*該当月に受診できない場合は連絡してください

information

こころサロン一関

☎一関保健所保健課 ☎1415、健康づくり課(一関保健センター内)

家族を自死で亡くした人が集い、体験や想いを語り合います。秘密は厳守します。

◇日時・場所…9月20日(土)13:30～15:00・一関地区合同庁舎

◇申し込み…開催日3日前までに電話予約

9月10日(水)～16日(火)は自殺予防週間

☎健康づくり課(一関保健センター内)

お互いのこころの声を傾けましょう。みんなでかけがえのない大切な命を守りましょう。一人で悩まずに、相談してください。

保健所の9月の検査など

☎一関保健所 ☎1415

【①骨髄バンクドナー登録と②血液等検査】

◇日時…9月9日(水)、30日(火) *時間は①9:00～9:30 ②11:00～12:00

◇場所・参加費…一関保健所・無料

◇その他…必ず予約してください。②の検査種類はHIV、肝炎、クラミジアです。HIVは30日(火)17:00～19:00も実施

【医師によるこころの健康相談】

◇日時・場所…9月4日(土)13:30～15:30・千厩分庁舎

【フリースペースひだまり】

ひきこもりで悩んでいる本人や家族の交流の場です。参加は無料です。

◇日時・場所…9月1日(日)13:30～16:00・市勤労青少年ホーム

医療と介護の窓

～みんなで守ろう地域医療～



文・一関保健所管理栄養士 澤口眞規子

脱脳卒中宣言～ワーストからベストへ

岩手県は全国統計(22年年齢調整死亡率)で脳卒中による死亡率が全国ワースト1位でした。

中でも、両磐地域は男女とも脳梗塞が高く、女性の脳内出血は全国の3倍に近い値で対策が必要です。

■脳卒中の原因は?

脳卒中は脳梗塞、脳内出血、くも膜下出血等に大別できます。原因はすべて高血圧症です。さらに、高血圧のリスクは多量な塩分摂取、肥満、ストレス、運動不足、喫煙、老化や遺伝と言われます。つまり、毎日の食事の摂り方と生活習慣に気をつけることで脳卒中は予防できます。

■県下に先駆けした両磐の取り組み

一関保健所では、一昨年から一関市・平泉町と話し合い、医師会・歯科医師会・薬剤師会等

の専門チームと医療機関の協働、介護福祉施設や消防署、各種事業所の協力により、脳卒中の予防・緊急対応・リハビリまで一体的に取り組んでいます。昨年度は、県民に向けた脱脳卒中宣言講演会や専門性向上のキャリアアップ研修会をはじめ、食生活改善推進員のみそ汁塩分測定による減塩活動が好評でした。

■脳卒中予防は県民の心がけ

健康的な食生活習慣は県民一人一人が正しい知識と実践力をもつことが大事。医療機関の保健栄養指導サポート、事業所や地域への脱脳卒中宣言出前講座は好調で、キャリアアップ研修会もパワーアップしています。今後も「脱脳卒中ワーストからベストへ」を発信していきます。

☎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



1 サイエンスカフェでILCをもっと身近に

市が主催する「いちのせきサイエンスカフェ」は7月29日、一関図書館で開かれました。中高生ら25人が参加。茨城県つくば市の高エネルギー加速器研究機構 ILC 推進準備室コミュニケーターの高橋理佳さんから国際リニアコライダー(ILC)の基礎知識を学んだうえで、ILCを活用したビジネスモデルを考察しました。参加者からは外国人向け郷土芸能スクールなど、自由な案が出され、ILCの誘致に期待が膨らみました。



猪股貴宏君 一関二高3年

ILCを課外研究で勉強しています。丁寧に教えてもらいました。将来は、ILCに関連した仕事に就きたい。

ILCに向けて加速する知的好奇心
子供たちのサイエンス夏物語



3 英語づけの2泊3日で国際感覚を学ぶ

市教育委員会が主催する「英語の森キャンプ」は7月29～31日、巖手町のいちのせき健康の森で開かれました。3日間の英語での活動を通して、将来を担う人材に国際的な感覚を身につけてもらうことを狙いとしています。市内の中学2年生42人が参加し、グループでのゲームや共同作業を通じて英語力を高めました。



三浦勇樹君 藤沢中2年

ILCに興味がある。日常生活で英語が話せるようになりたい。積極的に話しかけて友達をたくさん作りたい。

2 大原中生が大型PR看板を制作

大原中学校生徒会の生徒と同校PTA(小野寺真会長)会員らは8月6日、国際リニアコライダー(ILC)の誘致をPRする大型の看板を制作しました。

生徒らは看板制作業を営む菅原智さん(摺沢)の指導を受けながら、縦1.8m、横5.5mの看板を制作。看板には5人の家族が笑顔で手をつないでいる図柄を採用し、駆け付けた勝部修市長と共に真剣に作業に取り組みました。

デザインした村上菜月さん(同校3年)は「ILCが実現して明るく仲のいい家族が増えてほしい」と願いを込めました。



4 茨城県つくば市で最先端の科学を体験

市教育委員会が主催する「中学生最先端科学体験研修」の結団式は7月26日、市役所本庁で行われました。

市内の中学3年生60人は8月7～9日、茨城県つくば市にあるつくばエキスポセンター、筑波宇宙センター、高エネルギー加速器研究機構、国土地理院の4カ所を訪ね、それぞれの施設で見学や体験学習を行いました。



千葉由美子さん 興田中3年

科学の知識を深めたいと思って参加しました。宇宙の謎などに興味があります。有意義な研修でした。

