

# 健康コーナー

## ♥10月の乳幼児の健康診査・相談

地域	内 容	対 象	日	受付時間	会 場
一関 花泉	3～4カ月児健診	20年6月1～16日生まれ	22㊟	13:00～13:15	一関保健センター
		20年6月17～30日生まれ	23㊟		
	9～10カ月児相談	19年12月1～12日生まれ	22㊟	8:45～9:00	
		19年12月13～31日生まれ	23㊟		
	1歳6カ月児健診	19年3月1～16日生まれ	16㊟	13:00～13:15	
		19年3月17～31日生まれ	17㊟		
2歳6カ月児歯科健診	18年4月1～17日生まれ	16㊟	8:45～9:00		
	18年4月18～30日生まれ	17㊟			
3歳児健診	17年4月1～15日生まれ	8㊟	13:00～13:15		
	17年4月16～30日生まれ	9㊟			
大東 東山	3～4カ月児健診	20年6月生まれ	15㊟	13:00～13:15	東山保健センター
		19年12月生まれ	9㊟	9:30～9:45	大東保健センター
	1歳6カ月児健診	19年3月生まれ	8㊟	13:00～13:15	東山保健センター
		18年4月生まれ	28㊟		大東保健センター
	3歳児健診	17年4月生まれ	21㊟		
千厩 室根 川崎	3～4カ月児健診	20年6月生まれ	15㊟	12:30～13:00	川崎防災センター
		19年12月生まれ	17㊟	8:45～9:00	千厩保健センター
	1歳6カ月児健診	19年3月生まれ	16㊟	13:00～13:15	
		18年4月生まれ	17㊟		
	3歳児健診	17年4月生まれ	14㊟	12:30～12:45	

※都合により受診できない場合や健康診査・相談の詳細については、お住まいの地域の保健センターへ問い合わせください。

## ♥10月の予防接種(集団)

地 域	内 容	対 象	日	受付時間	会 場
大東・東山 千厩・室根・川崎	ポリオ	6カ月～7歳6カ月未満の未終了児	24㊟	13:00～13:15	大東保健センター
			21㊟	12:30～12:45	千厩保健センター

※お住まいの地域の実施会場で受けてください。

※ポリオの予防接種の際は、次のことに注意してください。①三種混合ワクチン接種の初回分(3回接種)が終了した後にポリオの接種対象となります②下痢や軟便および体調不良の場合は接種できません③他の予防接種との接種間隔が適当か確認の上、接種してください

## ♥10月の4歳・5歳歯科健康診査

健診名	対 象	会 場
4歳歯科健診	16年4月生まれ	市内の契約歯科医療機関
5歳歯科健診	15年4月生まれ	

## ♥手洗い教室を開催します

皆さんは手洗いをきちんとできていますか?風邪予防や食中毒対策の面からも手洗いはとても大切です。お子さんや高齢の人も一緒に手洗いについて勉強しましょう。※事前の申し込みは不要です。当日会場へお越しください。

◇日時…10月11日㊟10:00～12:00

◇会場・費用…磐井病院 2階多目的会議室・無料

◇内容…手洗いをして洗い残っている汚れを特殊な機器を使って確認、上手な手洗い方法の練習、講演など

◎問い合わせ先…磐井病院臨床検査科高橋 ☎23-3452

## ♥～患者さんとご家族のための～一関パーキンソン病教室

◇日時…10月25日㊟13:30～15:30

◇会場…岩手病院外来待合室

◇内容…パーキンソン病の言語・嚥下障害、言語・嚥下障害の機能訓練、食事の注意点と食べやすい食事、診療していて気付いたこと、秋から冬にかけて気を付けたいこと、についての講演

◇主催…一関パーキンソン病教室世話人会

◎申込先・問い合わせ先…岩手病院神経内科外来 ☎25-2221

## ♥肝炎検査、エイズ検査、骨髄ドナー登録を行っています

◇日時…10月14日㊟・28日㊟10:00～11:00

◇会場…一関保健所

◎予約先・問い合わせ先…一関保健所 ☎26-1415

## ♥特定保健指導が始まります(国保加入対象者)

特定保健指導は、特定健康診査の結果から生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善で予防効果が期待できる人に対して、食習慣や運動習慣などを見直す健康のためのサポートです。積極的に活用しましょう。

◎問い合わせ先…一関保健センター ☎21-2160

## ♥後期高齢者の健診が始まります

申し込みをしている人は忘れずに受診してください。申し込みをしていない人で受診を希望する人はご連絡ください。※健診除外対象施設へ入所している人は対象外となります。

◇期間…10月6日㊟～24日㊟(土曜・日曜・祝日を除く)

※4月上旬に配布した後期高齢者の健診受診票の曜日に誤りがありました。確認の上、受診してください。

◇会場…契約医療機関 ※電話予約の上、受診してください

◇対象・健診内容…75歳以上・基本健診項目など

◇持ち物…後期高齢者の健診票・結果通知書など

◎申込先・問い合わせ先…一関保健センター ☎21-2160

## ♥10月の労働者の健康相談

一関地域産業保健センターでは、50人未満の小規模事業所で働く事業主や労働者の皆さんを対象に、健康相談を行っています。また、毎月第2金曜日には長時間労働者への面接指導相談窓口も開設しています。

日	時 間	場 所
2㊟ 9㊟	13:00～15:00	一関商工会議所千厩支所
10㊟ 16㊟・23㊟	18:00～20:00 13:00～15:00	一関市医師会

◎問い合わせ先…一関市医師会 ☎23-5110 FAX23-9955

## ♥10月の小児・成人夜間救急当番医

日	当 番 医	所在地	電話番号
1㊟	もりあい内科クリニック	千厩町千厩字前田	51-3322
2㊟	桂島医院	駅 前	21-8883
3㊟	木村消化器内科	三 関 字 仲 田	21-1311
6㊟	菊池内科医院	大東町沖田字八日町	74-2512
7㊟	西城医院	舞 川 字 中 里	28-2393
8㊟	さとう小児科医院	桜 木 町	23-4020
9㊟	千厩ひかりクリニック	千厩町千厩字石堂	51-1156
10㊟	佐藤胃腸科内科医院	山目町一丁目	23-9678
14㊟	千葉内科医院	山目字才天	25-3211
15㊟	誠信堂医院(小児科)	花泉町涌津字道下	82-3434
16㊟	かわさきファミリークリニック	川崎町薄衣字久伝	43-3770
17㊟	菅原内科循環器科医院	花泉町涌津字道下	82-5528
20㊟	蓬田内科医院	花泉町涌津字二ノ町	36-3336
21㊟	本多医院	大東町大原字立町	72-2133
22㊟	寺崎内科胃腸科医院	青 葉 一 丁 目	23-6211
23㊟	中野内科循環器科クリニック	山 目 字 中 野	33-2311
24㊟	谷藤内科医院	千厩町千厩字町浦	51-3355
27㊟	氷室内科医院	青 葉 二 丁 目	23-3185
28㊟	ひらいずみ内科クリニック	平 泉 町	34-1133
29㊟	袋医院	花泉町花泉字袋	82-3316
30㊟	阿部内科クリニック	竹 山 町	23-2918
31㊟	いとう脳神経内科	上 坊	21-8200

※救急当番医は、変更になることがあります。あらかじめ電話で確認の上、保険証をお持ちください。

※診療日は祝日を除く月曜から金曜までの夜間で、診療時間は20時までです。

※当日の救急当番医の確認は、市役所本庁 ☎21-2111、消防本部 ☎25-0119でもできます。

## ♥看護師によるこども救急相談電話

◇受付時間…19:00～23:00(年中無休)

◇相談先…☎019-605-9000

## ♥10月の休日当番医

日	一関市医師会(西地区)		一関市医師会(東地区)	気仙沼市医師会(市外局番0226)
	内 科	外 科		
5 ㊟	寺崎内科胃腸科医院 青葉一丁目 ☎23-6211	岩崎外科医院 三関字仲田 ☎26-2488	もりあい内科クリニック 千厩町千厩字前田 ☎51-3322	葛内科胃腸科医院 ☎22-6750 中原クリニック ☎23-1028
12 ㊟	及川内科胃腸科クリニック 字鳴神 ☎31-3131	菅原整形外科クリニック 銅谷町 ☎23-0501	阿部医院 東山町長坂字町 ☎47-3898	うつみ医院 ☎25-7588 猪狩医院 ☎23-8780
13 ㊟	蓬田内科医院 花泉町涌津字二ノ町 ☎36-3336	岩手クリニック一関 旭町 ☎21-5111	猿沢診療所 大東町猿沢字板倉 ☎76-2020	佐々木小児科医院 ☎22-6811
19 ㊟	氷室内科医院 青葉二丁目 ☎23-3185	すがわら皮膚科クリニック 山目字中野 ☎33-2332	菊池内科医院 大東町沖田字八日町 ☎74-2512	大里胃腸科内科医院 ☎22-7157 村岡外科クリニック ☎23-3990 小野医院 ☎32-3128
26 ㊟	西城病院 八幡町 ☎23-3636	誠信堂医院 花泉町涌津字道下 ☎82-3362	遠藤医院 千厩町千厩字町浦 ☎53-2126	齋藤外科クリニック ☎22-7260 相澤内科医院 ☎22-6623

※休日当番医は、変更になることがあります。あらかじめ電話で確認の上、保険証をお持ちください。診療時間は9時から17時までです。※当日の休日当番医の確認は、市役所本庁 ☎21-2111、消防本部 ☎25-0119でもできます。

## ♥玄米ニギニギ体操普及員養成講座

◇日時…10月22日㊟・27日㊟13:30～

◇会場…千厩農村勤労福祉センター

◇対象…玄米ニギニギ体操に興味があり、これから普及活動をしてみたい人

◇申込期限…10月15日㊟

◎申込先…一関保健センター ☎21-2160



## ♥10月の献血カレンダー

日	会 場	受付時間	区分	地域
1㊟	日本マニファクチャリング(カービス株式会社)金澤電気工業所	9:30～13:00	全血	一関
		14:30～16:00		
9㊟	ソニーEMCS(千厩テック)関磐井病院	9:30～11:30	全血	一関
		13:00～16:00		
14㊟	市役所本庁	9:30～10:30	成分	一関
		13:00～16:00		
20㊟	西磐井農業共済センター 松川原田工業(株) JAいわい東東山営農センター	9:30～10:30	全血	一関 東山
		12:15～13:00		
21㊟	イオンスーパーセンター一関店 一関二高	14:30～16:00	全血	一関
		10:00～13:00		
26㊟	一関サティ	10:00～12:00	全血	一関
		13:30～16:00		
29㊟	マイヤ千厩店 千厩高	10:00～13:30	全血	千厩
		15:00～17:00		
30㊟	潤い活力プラザ JAいわい東東山営農センター	10:00～11:00	成分	大東 東山
		14:00～16:00		

※成分献血は、採血に時間を要するため予約が必要です。実施日の5日前までに、各保健センターへご連絡ください。

※天候などにより、受付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。