

一 関 地 域 一関保健センター ☎21-2160

♥19年度総合健診が始まります

一度に次の検(健)診を複数受診できます。受診票を持参の上、受診してください。まだ申し込みをしていない人で受診を希望する人は一関保健センターまで連絡ください。

- ▷検(健)診の種類…①基本健康診査(肝炎ウイルス検診・前立腺がん検診)②肺がん検診③大腸がん検診④胃がん検診
- ▷受付時間…8:00~9:30

※胃がん検診を受ける人は7:00~8:30

日	会 場
19(土)	一関保健センター
20(日)	
29(火)	弥栄公民館
30(水)	一関農村センター
31(木)	一関学習交流館
6/1(金)	一関文化伝承館
6/2(土)	一関高専
6/4(月)	自然休養村管理センター
6/5(火)	産業教養文化体育施設(アイドーム)
6/7(木)	サン・アビリティーズ一関
6/8(金)	一関市総合体育館
6/9(土)	市役所本庁
6/10(日)	
6/16(土)	舞川小学校
6/17(日)	一関保健センター

♥5月の健康相談

地区	日	会 場	時 間
一関	17(木)	20区公民館	13:30~15:00
	23(水)	高崎会館	
山目	11(金)	共林公民館	10:00~11:30
	23(水)	五代竹山集会所	
		5区公民館	13:30~15:00
	24(木)	宮前公民館	
中里	24(木)	山目公民館	10:00~11:30
	25(金)	宿公民館	10:00~11:30
	9(水)	12区集会所	13:30~15:30
	10(木)	新町会館	10:00~11:30
真滝	11(金)	中里公民館	13:30~15:00
	24(木)	太平集会所	10:00~11:30
	9(水)	さわっこ	13:00~15:00
	10(木)	15区会館	13:30~15:00
巖美	9(水)	15区会館	13:00~15:00
	10(木)	2区公民館	13:30~15:00
	11(金)	一関農村センター	13:00~14:00
	21(月)	5区公民館	
萩荘	21(月)	5区公民館	
	29(火)	水口集会所	
	11(金)	一関自然休養村管理センター	10:00~11:30
	15(火)	上野公民館	
	22(火)	一関生活改善センター(本寺)	
	23(水)	13区集落センター	
舞川	28(月)	宇津野公民館	13:30~15:00
	30(水)	長倉公民館	10:00~11:30
	9(水)	6区公民館	
	18(金)	古内公民館	10:00~11:00
弥栄	6/1(金)	萩荘公民館	
	16(水)	11区公民館	10:00~11:30
	24(木)	1区公民館	
	23(水)	鶴巻集会所	

※上記以外にも、土曜、日曜、祝日を除く毎日8時30分から17時15分まで一関保健センターで行っています。

♥一日人間ドックが始まります

申し込みをした人は、受診希望日の予約をしてください。
▷受診会場…JA岩手県厚生連泉南センター(金ヶ崎町)、JAいわて南厚生連人間ドックセンター(盛岡市) ※送迎バスを運行します
▷申し込み方法…一関保健センターにおいてになるか、電話で予約してください(受付時間:9:00~17:15)。

	予約受付期間	受診月日
第1期	5月8日(火)~10日(木)	5月26日(土)~9月29日(土)
第2期	9月4日(火)・5日(水)	10月1日(月)~10月17日(水)

♥遊びの教室

▷日時…5月25日(金)10:00~11:30
▷会場・定員…一関保健センター・親子20組
▷内容…楽しい親子遊び
▷費用…おやつ代100円(兄弟姉妹と一緒にいる場合は一人につき50円を加算)
▷申込期限…5月23日(水)

♥玄米ニギニギ体操で健康づくり

日	会 場	時 間
2(水)・9(水)	関が丘コミュニティセンター	13:30~
11(金)・25(金)	山目公民館	(1時間程度)

◎問い合わせ先…玄米ニギニギ体操普及員 小野寺 ☎23-9089または一関保健センター

♥5月の栄養相談

食事や栄養に関して気軽に相談ください。

日	時 間	会 場
14(月)	8:30~17:15	一関保健センター
28(月)		

花泉地域 花泉保健センター ☎82-2216

♥5月の健康カレンダー

日	内 容	時 間	会 場
7(月)	母性・一般相談	9:00~17:00	花泉支所
14(月)	母性・一般相談 玄米ニギニギ体操教室		
17(木)	ふれあい会	9:30~14:00	すずらんの家
21(月)	母性・一般相談	9:00~17:00	花泉支所
28(月)	母性・一般相談		

♥同時検(健)診日程

日	対象地区	受付時間	会 場
22(火)	永井1~4区	9:00~11:00	永井公民館
	永井5~9区	13:00~14:30	
23(水)	涌津1~2区	9:00~11:00※	
	涌津3~7区	13:00~14:30	
24(木)	油島1・2・5・6区	9:00~11:00※	花泉総合福祉センター
	花泉1~5区	13:00~14:30	
25(金)	金沢1・6・7区、油島3・4区	9:00~11:00	
	老松地区、金沢3~5区	13:00~14:30	
26(土)	日形地区	9:00~11:00	
	全地区未受診者	13:00~14:30	
27(日)	花泉6~9区	9:00~11:00	
	全地区未受診者	13:00~14:30	

▷検(健)診の種類…基本健康診査、結核健診、肺がん検診、大腸がん検診、肝炎ウイルス検診、前立腺がん検診
※の日時は託児室があります。

♥特定不妊治療費の一部を助成します

体外受精および顕微授精以外の治療法によって妊娠することが難しい夫婦に対し、保険適用されない「体外受精及び顕微授精」(特定不妊治療)の治療費の一部を助成します。詳しくは問い合わせください。

- ▷対象…平成19年4月1日以降に治療を開始した人
- ▷助成金額…1回あたり5万円(助成対象は1年度に2回まで)
- ◎申込先・問い合わせ先…一関保健センター☎21-2160

♥脳ドックの受け付けが始まります

- ▷時期…7月~11月の毎週水曜日~金曜日 13:00~16:00
- ▷場所…西城病院(八幡町)
- ▷定員…先着50人
- ▷本人負担額…2万2620円
- ▷受付期間…5月29日(火)~31日(木)9:00~15:00
- ◎申込先・問い合わせ先…一関保健センター☎21-2160

♥「アルコール家族教室」を開催します

- アルコール依存など飲酒の問題を抱える家族を対象に、6回1コースを年2回開催します。
- ▷日時…前期は4月から9月まで、後期は10月から20年3月まで、どちらも毎月第1火曜日14:00~16:00(1月は第2火曜日)
 - ▷会場…偶数月は県立南光病院、奇数月は一関保健センター
 - ◎申込先・問い合わせ先…一関保健センター☎21-2160

♥フリースペースを開設します

- 家の外に出ることができない人など、ひきこもりで悩んでいる人が利用できます。希望する人は、利用日前日までに申し込みください。
- ▷開設日…毎月第1・第3月曜日(5月は7日、21日に開設します)
 - ▷時間…14:00~17:00
 - ▷会場…狐禅寺公民館
 - ◎申込先・問い合わせ先…一関保健所☎26-1415 または同大東支所☎75-2211

♥食生活改善推進員養成講座の受講生を募集

- 食生活の改善を中心とした健康づくりのボランティア活動をする食生活改善推進員の養成講座を6回コースで開催します。市内に住む女性が対象です。
- ▷実施期間…6月15日(金)~10月26日(金)の中の6日間
 - ▷会場…一関保健センター
 - ▷内容…食生活改善や健康づくりの知識や技術など
 - ▷定員…30人
 - ▷受付期限…5月31日(木)
 - ◎申込先・問い合わせ先…一関保健センター☎21-2160

♥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…5月12日(土)13:30~15:30
- ▷会場…岩手病院外来待合室
- ▷内容…パーキンソン病とはどんな病気か、パーキンソン病の標準的な治療法、診療して気付いたこと、日常生活で気を付けたいことなどについての講演
- ▷主催…一関パーキンソン病教室世話人会
西城健(西城病院院長)、伊藤久雄(いとう脳神経内科院長)、阿部憲男(岩手病院院長)、千田圭二(岩手病院副院長)、川守田厚(磐井病院神経内科科長)
- ◎問い合わせ先…岩手病院神経内科外来☎25-2221(内線228)

♥こころの健康相談

- 「最近眠れない」「お酒がやめられない」「不安でイライラする」など、心の問題でお悩みの人は気軽に相談ください。費用は無料で、専門の医師や保健師が相談に応じます。※予約制です。あらかじめ電話で申し込みください。
- ▷日時…5月11日(金)
 - ▷会場…花泉保健センター
 - ◎申込先・問い合わせ先…一関保健所☎26-1415、同大東支所☎75-2211またはお住まいの地域の保健センター

♥両親学級を開催します

- 
- ▷日時…①5月16日(水)9:30~14:00②5月26日(土)9:30~11:50
 - ▷会場…一関保健センター
 - ▷内容…①妊娠中の栄養についての講話と調理実習、歯科保健講話など②お風呂実習など
 - ▷対象…市内にお住まいの妊婦とその家族
 - ▷定員…先着16組
 - ▷費用…300円(調理実習費)
 - ▷申込期限…5月9日(水)
 - ◎申込先・問い合わせ先…一関保健センター☎21-2160

♥成人歯科健診が始まります

- 申し込みをしている人は、あらかじめ歯科医療機関に予約し、受診票を持参の上、受診してください。
- ▷受診期間…5月1日(火)~10月31日(水)
 - ▷対象…19年度中に40歳・50歳・60歳・70歳になる人
 - ▷受診料…700円
 - ◎問い合わせ先…お住まいの地域の保健センター