

健康コーナー

花泉地域

花泉保健センター ☎82-2216

♥10月の健康カレンダー

日	内 容	時間	会 場
2(月)	一般相談・栄養相談	9:00～	市役所花泉支所
3(火)	保健相談(ひよこ教室)	9:30～	子育て支援センター
5(木)	保健相談(よちよち教室)	10:00～	市役所花泉支所
10(火)	一般相談	9:00～	市役所花泉支所
	玄米ニギニギ体操教室	10:00～	花泉総合福祉センター
12(木)	栄養相談(ひよこ教室)	9:30～	子育て支援センター
	栄養相談(よちよち教室)		
16(月)	一般相談	9:00～	市役所花泉支所
20(金)	言語発達支援相談(予約制)	9:30～	子育て支援センター
23(月)	一般相談	9:00～	市役所花泉支所
26(木)	ふれあい会	9:30～	すずらんの家
30(月)	一般相談	9:00～	市役所花泉支所

※ひよこ教室は毎週火曜日、よちよち教室は毎週木曜日に開催しています。上記の日以外も活動しています。予約不要で、どなたでも参加できますので、気軽に参加ください。

千厩地域

千厩保健センター ☎53-3952

♥10月の健康カレンダー

日	内 容	時間	会 場
11(水)	機能訓練(予約制)	10:00～15:00	千厩保健センター
16(月)	あそびの広場(予約制)	9:30～12:00	
25(水)	機能訓練(予約制)	10:00～15:00	

川崎地域

川崎保健センター ☎43-4022

♥10月の健康カレンダー

日	内 容	時間	会 場
4(水)	さぼてん教室	9:30～	川崎公民館
	なんてん運動クラス		
	がってん料理クラス	11:00～	
	趣味で笑てんクラス	13:30～	
てんとう虫教室			
16(月)	高成健康づくり友の会	9:30～	高成研修センター
	布佐健康づくり友の会		布佐研修センター
	大久保健康づくり友の会		大久保公民館
18(水)	千手堂健康づくり友の会		川崎農村研修センター
19(木)	さぼてん教室	11:00～	川崎公民館
	なんてん運動クラス		
	がってん料理クラス		
	趣味で笑てんクラス		
20(金)	矢作健康づくり友の会		矢作公民館
24(火)	さぼてん教室	9:30～	川崎公民館
	なんてん運動クラス		
	がってん料理クラス		
	趣味で笑てんクラス		
26(木)	キューピー広場		川崎農村環境改善センター
27(金)	さぼてん教室絵画ワークショップ	9:30～	川崎公民館
	妻神健康づくり友の会		妻神公民館

♥骨密度測定日程

▷対象…薄衣地区の希望者

日	受付時間	会 場
11(水)	9:30～10:30 13:30～14:30	川崎防災センター
12(木)		
13(金)		

大東地域

大東保健センター ☎71-1211

♥セット検診(基本健診、胃がん・大腸がん検診)日程

▷受付時間…6:45～8:45

▷対象…基本健診→19歳以上の人
胃がん・大腸がん検診→40歳以上の人

日	会 場
2(月)3(火)	大東農村環境改善センター

東山地域

東山保健センター ☎47-4530

♥10月の健康カレンダー

日	内 容	時間	会 場
10(火)	基本健診事後相談(受診者対象)	9:00～	田河津公民館
		13:30～	松川公民館
		9:00～	里前集会所
11(水)	かんがるー(未就園児対象)	13:30～	東山保健センター
		9:30～	
12(木)	やまゆりの会		松川公民館
27(金)	こあら(未就園児対象)		

♥骨密度測定日程

日	対象地区	受付時間	会 場
3(火)	長坂1・2・3区	9:30～10:00	東山保健センター
4(水)	長坂4・5・6区		
5(木)	長坂7区		
6(金)	長坂8・9・10区		

室根地域

室根保健センター ☎61-2333

♥離乳食教室

赤ちゃんの健やかな成長を応援するため離乳食教室を開催します。お子さんと一緒に参加できますので気軽に申し込みください。

▷日時…10月20日(金) 9:30～11:30

▷会場…室根保健センター

▷対象…0～9カ月のお子さんのいる家族

▷内容…栄養士による講話、調理実習

▷持ち物…エプロン

▷申し込み期限…10月18日(水)

♥10月の健康カレンダー

日	内 容	時間	会 場
5(木)	健康教室	10:00～12:00	西の沢地区会館
	ふれあい会	10:00～15:00	室根保健センター
6(金)	げんき教室(予約制)	9:30～14:00	室根診療所
12(木)	健康教室	10:00～12:00	ひこばえの森交流センター
17(火)	げんき教室(予約制)	9:30～14:00	室根診療所

♥基本・結核健診、肺がん・前立腺がん・肝炎検診日程

日	受付時間	会 場
23(月)	9:00～11:00	室根保健センター
	13:30～14:30	
24(火)	9:00～11:00	ふるさとセンター
	13:30～14:30	
25(水)	9:30～11:00	交流促進センター
	13:30～14:30	浮野地区集落センター
26(木)	9:30～11:00	第15地区会館
	13:30～14:30	
27(金)	9:30～11:00	ひこばえの森交流センター
	13:30～14:30	高沢地区集落センター
30(月)	9:30～11:00	浜横沢下地区会館
	13:30～14:30	第4区集落センター
31(火)	9:00～11:00	室根保健センター
	13:30～14:30	

♥精神障害者保健福祉手帳の申請書類が変わります

10月1日から精神障害者保健福祉手帳の内容変更に伴い、交付申請の際、提出書類が変わります。

▷申請の際に必要な書類(太字が変わった部分です)

○①診断書(精神障害者保健福祉手帳用)②障害年金の年金証書の写し③年金確定通知書の写しおよび直近の振込(支払)通知書の写し④特別障害給付金を受給していることを証する書類の写し—のいずれか

○写真2枚(縦4センチ×横3センチ)※上半身正面、脱帽で1年以内に撮影したもの

◎問い合わせ先…お住まいの地域の保健センター

一 関 地 域

一関保健センター ☎21-2160

♥すくすく子育て学級

▷日時…①10月18日(水)②10月31日(火) 10:00～11:50

▷会場…一関保健センター

※保育ボランティアによる保育室を設けます。

▷対象…18年4・5月生まれのお子さんと保育者

▷定員…先着20組

▷内容…①離乳食講習会(講話と試食)②手・指遊び、ファミリーサポートセンターの紹介、事故や病気の予防についての講話

▷申し込み期限…10月13日(金)(電話で受け付けます)

♥結核健診・肺がん検診日程

日	受付時間	会 場
1(日)	9:30～11:00	一関保健センター
	13:00～14:30	
2(月)	9:30～11:00	中里公民館
	13:00～14:30	
6(金)	9:30～11:00	関が丘コミュニティセンター
	13:00～14:30	
13(金)	9:30～11:00	東中田集会所
	13:00～14:30	真柴コミュニティセンター
16(月)	9:30～11:00	一関16区会館
	13:00～14:30	(ほうりょう児童公園)
17(火)	9:30～11:00	ササキビル旭町
	13:00～14:30	(北側入口前)
18(水)	9:30～11:00	一関学習交流館
	13:00～14:30	
19(木)	9:30～11:30	市役所本庁(北側車庫前)
	13:30～15:30	

♥基本健診・大腸がん検診日程

日	受付時間	会 場	日	受付時間	会 場
1(日)	9:30～11:00	一関保健センター	19(木)	14:00～14:30	萩荘公民館市野々分館
	13:00～14:30				
4(水)	9:30～11:00	一関学習交流館	20(金)	9:30～11:00	東中田集会所
	14:00～14:30			13:00～14:30	
6(金)	9:30～11:00	中里公民館	23(月)	9:30～11:00	中里公民館
	13:00～14:30			13:30～14:30	
10(火)	9:30～11:00	一関農村センター	26(木)	9:30～11:00	サン・アビリティーズ一関
	13:00～14:00				
13(金)	9:30～11:00	関が丘コミュニティセンター		27(金)	
	13:00～14:30				
16(月)	9:30～11:00	山目公民館	30(月)		9:30～11:00
	13:00～14:30			9:30～11:00	一関保健センター
17(火)	9:30～11:00	関が丘コミュニティセンター	31(火)	9:30～11:00	萩荘公民館
	14:00～14:30			13:00～14:00	
18(水)	9:30～11:00	一関学習交流館	11/2(木)	9:30～11:00	一関保健センター
	13:00～14:30			13:00～14:30	
19(木)	9:30～11:00	真柴コミュニティセンター			

♥「こころのメッセージ」を募集します!

11月16日(木)一関文化センターを会場に第11回ふれあいフェスティバル「みんなで歌おう会」が開催されます。

開催にあたり、精神障害者やその家族から体験談や詩などを募集します。メッセージは選考の上、「みんなで歌おう会」で紹介されます。

▷原稿締め切り日…10月27日(金)

▷原稿文字数…800字程度

※匿名やペンネームでの応募も可能です。

◎提出先・問い合わせ先…一関保健所保健課(一関市竹山町7-5 一関地区合同庁舎内) ☎26-1415