

健康コーナー

花泉地域 花泉保健センター ☎82-2216

♥7月の健康カレンダー

日	内 容	時間	会 場
3(月)	一般相談・栄養相談	9:00~	花泉支所
4(火)	保健相談(ひよこ教室)	9:30~	子育て支援センター
6(木)	保健相談(よちよち教室)		
10(月)	一般相談	9:00~	花泉支所
	言語発達相談(予約制)	10:00~	子育て支援センター
	玄米ニギニギ体操教室		
11(火)	栄養相談(ひよこ教室)	9:30~	子育て支援センター
13(木)	栄養相談(よちよち教室)	9:30~	
	ふれあい会	9:30~	一関文化センター
18(火)	一般相談	9:00~	花泉支所
21(金)	さくらんぼ教室(言語相談・予約制)	9:30~	子育て支援センター
24(月)	一般相談	9:00~	花泉支所

♥子宮頸がん・乳がん・甲状腺がん検診日程

日	対象地区	受付時間	会 場
7(金)	涌津1・2区	9:00~10:00	花泉総合福祉センター
	永井6・8・9区、金沢1~5・7区	12:30~13:30	
10(月)	涌津3~7区	9:00~10:00	
	永井1~5・7区	12:30~13:30	
11(火)	日形地区、油島6区、金沢6区	9:00~10:00	
	油島1~5区、老松4~6区	12:30~13:30	
13(木)	花泉1~5区	9:00~10:00	
	花泉6~9区、老松1~3区、未受診者	12:30~13:30	

※11・13日は託児室があります。

♥骨密度測定日程※今年度は永井・涌津・油島地区が対象

日	対象地区	受付時間	会 場
19(水)	永井2区	9:30~9:45	花泉総合福祉センター
	永井1-1区	10:30~10:45	
	永井1-2区	13:30~13:45	
	永井3区	14:30~14:45	
	永井4区	15:30~15:45	
20(木)	永井5・7区	9:30~9:45	
	永井6区	10:30~10:45	
	永井8区	13:30~13:45	
	永井9区	14:30~14:45	
	永井地区未受診者	15:30~15:45	
21(金)	涌津1-1区	9:30~9:45	
	涌津1-3区	10:30~10:45	
	涌津1-2区	13:30~13:45 14:30~14:45	
31(月)	涌津3区	9:30~9:45	
	涌津4区	10:30~10:45	
	涌津5区	13:30~13:45	
	涌津6区	14:30~14:45	
	涌津2区・涌津地区未受診者	15:30~15:45	

※油島地区の日程は広報8月1日号でお知らせします。

川崎地域 川崎保健センター ☎43-4022

♥7月の健康カレンダー

日	内 容	時間	会 場
5(水)	さぼてん教室	9:30~	川崎公民館
	なんてん運動クラス	11:00~	
	がってん料理クラス		
	趣味で笑てんクラス	13:30~	
14(金)	さぼてん教室	9:30~	川崎防災センター
	なんてん運動クラス	11:00~	
	がってん料理クラス		
	趣味で笑てんクラス	13:30~	
25(火)	さぼてん教室	9:30~	川崎公民館
	なんてん運動クラス	11:00~	
	がってん料理クラス		
	趣味で笑てんクラス	13:30~	
27(木)	キュービー広場	9:30~	川崎農村環境改善センター

千厩地域 千厩保健センター ☎53-3952

♥7月の健康カレンダー

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

♥結核健診・肺がん・大腸がん検診日程

日	対象地区	受付時間	会 場
21(金)	15区	9:00~9:30	宝築集落センター
	16・18区	9:00~10:00	維新館
	14区	10:30~11:00	大平集落センター
	17区	13:30~14:00	三沢自治会館
	13区		清田青年会館
22(土)	1-1・1-2・2-1区	9:00~10:30	千厩保健センター
	1-3・2-3区	13:30~15:00	
24(月)	22・23区	9:00~9:30	磐清水文化センター
	19区		町下会館
	24区	10:30~11:00	にぎりぬま会館
	20・21区		寺崎前構造改善センター
	3区		JR千厩駅
25(火)	11・12区	9:00~9:30	遊もあ館
	6・10区		小梨公民館
	7・8区	10:30~11:00	みなみ交流センター
	9区		尖ノ森集落営農センター
	2-2区	13:30~14:00	すずき野駐車場
26(水)	4区	9:00~9:30	マリアージュ駐車場
	5区	10:30~11:00	エスピア第2駐車場
	全地区	9:30~11:00	千厩保健センター

室根地域 室根保健センター ☎61-2333

♥7月の健康カレンダー

日	内 容	時間	会 場
6(木)	ふれあい会	10:00~15:00	室根保健センター

♥子宮がん・乳がん(甲状腺)検診日程

日	対象者	受付時間	会 場
18(火)	偶数年齢の人	9:30~11:00	室根保健センター
25(火)		13:00~14:00	

※子宮がんは20歳以上・乳がんは40歳以上が対象

♥基本健診・結核健診・肺がん検診日程

日	受付時間	会 場
31(月)	6:00~8:00	川崎農村研修センター

♥7月の健康相談・栄養改善

日	対 象	時間	会 場
3(月)	妻神健康づくり友の会	9:30~11:30	妻神公民館
6(木)	巻畑健康づくり友の会		巻畑研修センター
7(金)	外山西部健康づくり友の会		外山西部公民館
10(月)	針山健康づくり友の会		針山研修センター
12(水)	外山東部健康づくり友の会		外山東部公民館
24(月)	布佐健康づくり友の会		布佐研修センター
26(水)	陳が森健康づくり友の会		陳が森研修センター

一関地域 一関保健センター ☎21-2160

♥玄米ニギニギ体操で健康づくりをしませんか

日	会 場	時 間
7/5(水)・12(水)	関が丘コミュニティセンター談話室	13:30~(1時間程度)
7/14(金)・28(金)	山目公民館和室	

※申し込みは不要です。ニギニギ棒をお持ちの人は持参ください。会場の駐車スペースには限りがあります。

◎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

♥7月の健康相談

地区	日	会 場	時 間
一関	19(水)	関が丘コミュニティセンター	13:30~15:00
山目	5(水)	立沢集会所	10:00~11:30
	19(水)	7区集会所	10:00~11:30
	21(金)	上台公民館	13:30~15:00
中里	6(木)	蘭梅集会所	10:00~11:30
	12(水)	上大林集会所	10:00~11:30
	12(水)	12区集会所	13:30~15:30
	13(木)	新町会館	10:00~11:30
	14(金)	中里公民館	10:00~11:30
	14(金)	太平集会所	13:30~15:00
	27(木)	さわっこ	10:00~11:30
8/2(水)	里が丘集会所	10:00~11:30	
真滝	14(金)	一関農村センター	13:00~14:00
	18(火)	11区寄合センター	10:00~11:30
	20(木)	東中田集会所	10:00~11:30
	25(火)	真柴コミュニティセンター	10:00~11:30
敵美	19(水)	市野々原部落公民館	10:00~11:30
	27(木)	駒形公民館	10:00~11:30
萩荘	3(月)	駒下集会所	13:30~14:30
	10(月)	高梨公民館	10:00~11:00
	12(水)	栃倉公民館	10:00~11:30
	12(水)	中大桑公民館	13:30~15:00
	14(金)	本郷公民館	10:00~11:00
	19(水)	赤猪子公民館	10:00~11:00
舞川	24(月)	萩荘第1公民館	10:00~11:00
	28(金)	南沢公民館	10:00~11:00
	3(月)	13区公民館	13:30~15:00
	4(火)	15区集落センター	10:00~11:30
弥栄	5(水)	烏兔が森ふるさと館	10:00~11:30
	14(金)	5区コミュニティセンター	10:00~11:30
	14(金)	4区公民館	13:30~15:00
	19(水)	鶴巻集会所	10:00~11:30
	27(木)	平沢分館	10:00~11:30

※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。

東山地域 東山保健センター ☎47-4530

♥7月の健康カレンダー

日	内 容	時間	会 場
12(水)	かんがるー(未就園児対象)	9:30~	東山保健センター
13(木)	やまゆりの会	9:30~	
28(金)	こあら(未就園児対象)	9:30~	松川公民館

♥結核検診・肺がん検診日程

日	対象地区	受付時間	会 場
3(月)	長坂5・6区	9:30~11:30	磐井里集会所
	田河津4・5区	13:30~15:00	田河津公民館
4(火)	長坂7(館合赤柴)・8・9区	9:30~11:30	里前集会所
	長坂10区	13:30~15:00	ゆみおり館
5(水)	松川1~3区	9:30~11:30	松川公民館
	松川4・7・9・10区	13:00~15:00	
6(木)	松川5・6区	9:30~11:30	農村労働福祉センター
	長坂3区	13:30~15:00	山谷自治会館

♥胃がん検診が始まります

申し込みをしている人は、受診票を持参の上、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、一関保健センターまで連絡ください。

▷受診期間…7月12日(水)~23日(日)

▷会場…一関保健センター、一関地域の各公民館など

▷対象…40歳以上の人

♥遊びの教室

▷日時・会場…7月28日(金)10:00~11:30・一関保健センター

▷内容…楽しい親子遊び

▷対象者・定員…1歳6カ月から就学前までのお子さんと保育者・先着20組

▷費用…おやつ代100円(兄弟姉妹と一緒にの場合は1人につき50円を加算)

▷申込期限…7月26日(水)(電話または電子メール)

◎メールアドレス…hokesen@city.ichinoseki.iwate.jp

♥市民健康講座のご案内

市民一人一人が健やかに生活し、生きる喜びを感じられるまちづくりを目指して、全4回開催します。

▷開講日時…①7/18(火) ②8/2(水) ③8/22(火)

④9/6(水) 13:30~15:30

▷会場…①④は一関保健センター ②③は一関文化センター

▷内容…医師・歯科医師による講演(内臓型肥満や口腔ケア、認知症について)、栄養士による講話(自分に合った食事のとり方)、保健師による手軽な運動の指導
※7/18(火)に開講式、9/6(水)に閉講式を行います。

▷定員…120人

▷受講料…無料

▷申込期限…7月10日(月)

大東地域 大東保健センター ☎71-1211

♥7月の健康カレンダー

日	内 容	受付時間	会 場
24(月)	遊びの教室	9:00~9:20	大東保健センター

♥結核健診日程※65歳以上の人が対象

日	受付時間	会 場
27(木)	9:30~10:00	旧京津畑小学校
	10:10~10:30	懸田平男さん宅(京津畑)
	10:45~11:50	中川生活改善センター
	13:30~14:00 14:30~15:00	遅沢会館 下中川部落集会所
28(金)	9:30~10:00	市之通自治交流会館
	10:20~11:00	丑石生活改善センター
	11:15~11:50 13:30~14:30	前畑コミュニティセンター バレーボール記念館
31(月)	9:30~10:30	天狗田生活改善センター
	10:40~11:10	旧天狗田小学校
	11:25~11:50 13:30~14:30	大住ふれあいセンター バレーボール記念館