

健康ガイド

医による相談:毎月第2水曜(8

月を除く)※予約が必要

■ゆぴあす健康セミナー

【定員】先着30人

■休日無料エイズ検査

【問】同施設☎662-1414

【費用】無料

【日時】6月2日金13時~14時

【場所】ゆびあす(上田字小鳥沢)

【内容】歯と健康についての講話

エイズは発症するまで自覚症状

がほとんどなく、感染に気付かない

ことが多い病気です。性行為や血

液による感染を予防し、感染が心

配な人は検査を受けましょう。市

保健所は、休日エイズ検査を匿名、

無料で実施します。予約不要です。

【日時】6月3日生10時~12時

【問】保健予防課☎603-8308

■ほねケア検診(骨粗しょう症予

表1のとおりかかとの骨強度測

定や予防のための栄養、運動指導

【対象】市に住所のある昭和22年

4月2日~63年4月1日生まれの人

※すでに骨粗しょう症と診断されて いる人と同検診で要精密検査にな

【申し込み】市公式ホームページ

または健康増進課☎603-8306で

った人、現在治療中の人を除く

【広報 I D】1006574

【場所】市保健所(神明町)

防検診)

などを行います。

【費用】1500円

電話受け付け

お知らせ

【問】同保健所☎629-6573

健康のために受けましょう

■ジフテリアと破傷風、日本脳炎 の第2期予防接種

次のとおり第2期予防接種(乳 幼児期に受けた予防接種の追加接 種)を行います。費用は無料。早 めの接種をお勧めします。接種 券の配布や接種できる医療機関 などは学校を通じてお知らせし ます。詳しくは、保健予防課☎ 603-8307へどうぞ。

▶ジフテリアと破傷風

【配布対象】小学6年生 【接種期間】6月1日(水)~来年3 月31日生

▶日本脳炎

【配布対象】小学4年生 ※配布対象年齢以上の人も無料で 接種できる場合があります 【接種期間】 通年

■成人検診が始まります

がんの早期発見・治療のために 各種がん検診を6月26日(月)から実 施します。6月22日休)頃に成人検 診受診券を郵送します。詳しくは広 報もりおか6月15日号に折り込み の「検診だより」をご覧ください。

【問】健康増進課☎603-8306 【広報 I D】1006534



■遺伝相談

広告

遺伝に関する不安や悩みについ て、県央保健所(内丸)で無料で 相談に応じます。

【日時】▶保健師による相談:月 ~金曜、9時~17時▶遺伝相談

表1 ほねケア検診の日程

実施日	時間	会場
7/12例	①10時~11時半②14時~15時半	青山老人福祉センター(青山三)
	①10時~11時②11時~12時③14時~15時半	市保健所(神明町)
7/14金	①10時~11時半②14時~15時半	都南地区保健センター (津志田14)
9/10田	①10時~11時②11時~12時③14時~15時半	市保健所(神明町)
9/11例	①10時~11時半②14時~15時半	高松地区保健センター(上田字毛 無森)
	①10時~11時②11時~12時③14時~15時半	市保健所(神明町)
11/16/*	9時半~11時 14時~15時半	市保健所(神明町)
11/10(N)	14時~15時半	玉山総合福祉センター(渋民字泉田)

健康に役立つ講座人 健康づくり!マッサージ等指導教室

マッサージ師が健康づくりについてアドバイスする教室を表2 のとおり開催します。マッサージなどを通じ、生活に役立つ体の ケアの仕方なども教えます。タオルを持参してください。

【対象】60歳以上

【定員】各15~25人

【費用】無料

【申し込み】当日開始10分前から先着順に受け付け

【問】長寿社会課☎603-8003 【広報 I D】1003805

表 2 健康づくり!マッサージ等指導教室の日程

□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□	会場
5/23火・6/13火、10時15分~12時15分	愛宕山老人福祉センター
※6~8月までは第2火曜・第4土曜	(愛宕下)
5/25休10時~12時	都南老人福祉センター
※以降はおおむね第4木曜	(湯沢1)
5/26金10時~12時	太田老人福祉センター
※以降はおおむね第4金曜	(上太田細工)
5/26金・6/2金・16金、13時半~15時半	青山老人福祉センター
※以降はおおむね第1・3金曜	(青山三)

元気はなまる筋力アップ教室

簡単筋力アップ体操で足腰を丈夫に保ちましょう。実施日などは 表3のとおり。上履きとタオル、飲み物を持ち、当日会場へどうぞ。 【対象】65歳以上

【費用】無料(会場により傷害保険料がかかる場合があります)

【問】長寿社会課☎613-8144

【広報 I D】1003803

表3 元気はなまる筋力アップ教室の日程						
実施	日時間	会場	定員			
6/2	金 10時~11時半	中野地区活動センター(東安庭字)	30人			
6/5	月 10時~11時半	本宮老人福祉センター (本宮四)	30人			
6/9	金 13時半~15時	みたけ地区活動センター (みたけ四)	30人			
6/12	2月 10時~11時半	仁王老人福祉センター (名須川町)	30人			
6 /13	10時~11時半	イオンスーパーセンター盛岡渋民店(渋民字鶴飼)	15人			
6/13	10時~12時	青山地区活動センター(青山三)	70人			
6/14	1分 10時~11時半	緑が丘老人福祉センター (緑が丘三)	30人			
	10時~11時半	加賀野老人福祉センター(加賀野四)	30人			
6/20)(火) 10時~11時半	好摩地区コミュニティセンター(好摩字野中)	30人			
	13時半~15時半	山岸老人福祉センター (下米内一)	30人			
6/21	13時半~15時半	都南公民館(永井24)	40人			
6/22	2休 10時~11時半	北厨川老人福祉センター (厨川一)	30人			
6/26	5月 10時~11時半	桜城老人福祉センター (大通三)	30人			
	10時~11時半	ユートランド姫神(下田字生出)	30人			
6/27	7火 10時~12時	仙北地区活動センター(仙北二)	30人			
	13時半~15時	杜陵老人福祉センター(南大通一)	30 Y			

南部の場っこ券2017

盛岡観光コンベンション協会は、共通温泉 入浴券を5月15日(用)から販売。岩手県と秋 田県内の40カ所の入浴施設で利用可能です。

【利用期間】11月5日印まで

【販売価格】4枚つづり1セット2000円 【販売場所】プラザおでって2階の観光文 化情報プラザ (中ノ橋通一) や市役所地下 売店(内丸)、マリオス3階の県観光協会(盛岡駅西通二) など20カ所

【問】同コンベンション協会☎604-3305



オール女性スタッフが、あなたの目指すキレイをサポート

さくら美容形成クリニック

[診療科目]形成外科・美容外科・皮膚科 美容に関する相談を受け付けております。お気軽にご相談ください。

▼Twitter始めました @sakurakeisei



田﨑 治子

[診療時間] 10:00~19:00 [定休日] 不定休 〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通13-8 鳴海ビル2F HP http://sakura-keisei.jp/ [診療時間] 10:00~19:00 [定休日] 不定休



子育て情報ひろば

●子育てを楽しく

市立とりょう保育園子育て支援セン ターは、次のとおり子育て支援の場を 開設します。時間はいずれも10時~11 時半。参加無料。当日、会場へどうぞ。 【問】同センター☎651-8580【広報 ID】1002663 ▶ にこにこルーム 【期

日・場所】5月23日(火)と6月6日(火)はタ カヤアリーナ (本宮五)、5月30日(火)は 上堂児童センター(上堂三)【対象】0 ~3歳の子と保護者▶ぴよぴよルーム 【期日・場所】5月26日金は飯岡地区 保健センター(下飯岡8)、6月13日火 は高松地区保健センター (上田字毛無 森) 【対象】 0歳の子と保護者

■市立保育園の一斉園開放 (12園)

【日時】 5月23日火と6月13日火、9時 半~11時【対象】0歳~就学前の子と保 護者や妊婦

■市立保育園の半日体験(12園)

【日時】6月27日火10時~12時【対 象】1歳6カ月~2歳6カ月の子と保護者 【定員】各園5組【費用】300円【申し 込み】5月23日火10時から希望する保 は受け付けません

●マタニティ教室~平日コース

調理実習を行い、妊娠中の栄養管理 やママと赤ちゃんの歯の健康について

学びます。費用は無料です。【対象】市 に住所があり、おおむね妊娠5~8カ 月までの初産婦【日時】6月15日休10 時~13時半【場所】市保健所(神明町)

【定員】30人【申し込み】6月2日金14 時から母子健康課☎603-8303で先着 順に電話受け付け

●パパママ教室~日曜コース~

妊娠中の健康管理や、赤ちゃんのお 風呂の入れ方などを学びます。夫婦での 参加をお勧めします。【日時】6月25日 (日)10時~15時【場所】市保健所(神明 町)【対象】市に住所があり、10月に出 産予定の初妊婦と夫【定員】36組【申 し込み】6月9日金14時から母子健康 課☎603-8303で先着順に電話受け付 け【広報ID】1002116

●離乳食教室

初めての離乳食への不安を解消する ための講話と試食を行います。【日時】 6月27日火10時~12時【場所】市保 健所(神明町)【対象】市に住所があり、 育園で先着順に直接受け付け。電話で 29年2月生まれの乳児と初めて子育て をする母親【定員】30組【申し込み】5 月23日(火)14時から健康増進課 2603-8305で先着順に電話受け付け。グルー プでの申し込みはお控えください【広報 ID] 1002133

6月の幼児健診

日程と対象は下表のとおり。診査票などは 郵送します。

	6/7(水)	27年11月14日~11月25日生まれ		
1歳6カ月児健診 受付時間:9時15分~10時15分	6/21(水)	27年11月26日~12月5日生まれ		
文词明日: 7时13万 10时13万	6 /28(水)	27年12月6日~12月18日生まれ		
	6/2金	26年2月1日~2月10日生まれ		
3歳児健診	6/9金	26年2月11日~2月22日生まれ		
受付時間: 9時15分~10時15分	6 /16(金)	26年2月23日~3月7日生まれ		
	6 /30(金)	26年3月8日~3月21日生まれ		

高松地区保健センター(上田字毛無森

受付時間:9時15分~10時15分 6/14(水) 27年11月11日~12月12日生まれ 1歳6カ月児健診

受付時間: 9時15分~10時15分 6/23金 26年2月27日~3月23日生まれ

都南地区保健センター(津志田14) 1歳6カ月児健診

受付時間:9時15分~10時15分 6/15休 27年11月19日~12月15日生まれ

受付時間: 9時15分~10時15分 6/8休 26年2月12日~3月8日生まれ

玉山総合福祉センター(渋民学 1歳6カ月児健診

広告

6/1休 27年11月11日~11月30日生まれ 受付時間: 9時~9時15分 3歳児健診

6/1休) 26年2月1日~2月28日生まれ 受付時間: 9時15分~9時半 【問】母子健康課☎603-8304、玉山総合事務所健康福祉課☎683-3869 子どもと一緒に楽しもう!

●ママとベビーのハッピータイム 【日時】6月7日~28日、水曜、13時~

14時15分、全4回【場所】松園地区公 民館(東松園二)【内容】週替わりでべ ビーダンスとベビーマッサージ、ファース トサイン、産後ヨガを体験【対象】3~ 24カ月の子と保護者【定員】20組【費 用】4000円※個別参加は1回1250円

【申し込み】 5月18日(水)10時からまつ ぞのスポーツクラブ☎663-9280で先 着順に電話受け付け

●ファーストサイン教室

【日時】6月9日~23日、金曜、10時半 ~12時、全3回【場所】盛岡体育館(上 田三)【内容】赤ちゃんと触れ合い遊び をしながらベビーサインを体験【対象】 4~18カ月の子と保護者【定員】10組 【費用】4320円【申し込み方法】5月 18日休)9時から同館☎652-8855で先 着順に電話受け付け

●広場で遊ぼう!

【日時】6月11日·8月20日·10月15 日、日曜、10時~13時、全3回【場所】 渋民公民館(渋民字鶴塚)【内容】季節 ごとの自然体験【対象】3歳以上の子 と保護者【定員】10組【費用】2000円

【申し込み】5月20日出9時から同館 ☎683-2354で先着順に電話受け付け

●新米ママの子育て講座

【日時】7月4日(火)·14日(金)·21日(金)· 27日(木)・8月4日(金)、10時~11時半、全 5回【場所】都南公民館(永井24)【内 容】絵本選びや離乳食などについて学 ぶ。託児あり【対象】6月19日(月)時点で 生後6カ月から2歳未満の第1子がいる 母親 【定員】 15人 【費用】 500円 【申し 込み】往復はがきに住所と親子の名前・ ふりがな、親の年齢・子の生年月日と性 別、電話番号を記入し、〒020-0834 永井24-10-1都南公民館へ郵送。6月 19日(月)必着。定員を超えた場合は抽 選【問】同館☎637-6611【広報ⅠD】 1019358

●ママとパパとキッズのなかよしランド

【日時】7月13日休9時半~11時半 【場所・内容】 タカヤアリーナ (本宮 五)で親子で楽しく遊ぶ【対象】1歳~ 3歳までの子と保護者【定員】250組 【費用】無料【申し込み】5月18日休か ら市内各子育て支援センター11カ所で 先着順に直接受け付け【問】とりょう保 育園子育て支援センター☎651-8580 【広報 I D】 1002663

市夜間急患診療所

(市保健所2階)

・ 層がスセンター跡

診療時間外に子どもの具合が悪くなったら…

■症状が軽い場合(19時~23時)

市夜間急患診療所へ

神明町3-29 (市保健所2階) ☎654-1080、小児科・内科、年中無休

■症状が重い場合

小児救急入院受入当番病院へ

症状が重く入院が必要と思われる子どもと、市夜間急患診療所や休日救急当番医が 診療していない時間帯の急病の子どもを受け入れます。

土曜は13時から17時まで、夜間は17時から翌朝9時までです。

6月									
B	月	火	水	木	金	土		当番病院	一覧
				1	2	3	中央	県立中央	决病院
				中央	医大	中央	上田一	万目4-1	☎ 653-
4	5	6	7	8	9	10	日赤	盛岡赤十	字病院
医大	中央	川久保	医大	医大	中央	こども	三本柳(
11	12	13	14	15	16	17	医大	岩手医科	大学附属
医大	医大	川久保	中央	医大	中央	日赤	内丸19	- 1	☎ 651-
18	19	20	21	22	23	24	こども	もりおか	いこども症
中央	医大	川久保	中央	医大	■大 中央 こ		上田字材	公屋敷11-1	4 ☎ 662∙
25	26	27	28	29	30		川久保	川久保病	院
医大	中央	中央	日赤	中央	医大		津志田2	26-30-1	☎ 635-

4-1 2653-1151 岡赤十字病院 -1 **2**637-3111 手医科大学附属病院 **☎**651-5111 りおかこども病院 数11-14 ☎662-5656 久保病院 30-1 **☎**635-1305

日中の診療時間に受診できる人は、日中の時間内に受診しましょう。また、時間外 の受診は小児救急入院受入当番病院に集中し、重症な子どもの治療に支障を来す恐れ があります。まずは市夜間急患診療所を受診しましょう。

日曜、祝日の日中は休日救急当番医(9ページ参照)を受診してください

市医師会ホームページでは、子どもの症状からみた医療機関の受診の仕方や、盛岡 の子どもの救急についての情報を掲載しています。 盛岡市医師会 検索 🔀

正社員・パート・アルバイト求人情報サイト 出しざと発見② T-SITE

年間何度使っても60,000円、掲載もスピーディーに対応します。 TSUTAYAやTポイント等を展開する、カルチャアコンビニエンスクラブグループ(CCC)の ネット総合サイト「T-SITE」の圧倒的な集客力を生かして、貴社の求人をお手伝いします。

http://job.tsite.jp

お問い合わせ・お申し込みは ナチュラルコム株式会社

岩手県盛岡市盛岡駅前通13-23阿部ビル4F TEL 019-652-9190 FAX 019-652-9130 E-mail:office@naturalcom.jp URL:http://www.natural.com

[広報もりおか 29.5.15] 7 6 [広報もりおか 29.5.15]