



盛岡市保健所の健康ガイド

楽しく一緒に学びましょう

■すてきなキッチン

いつもの食事にこれをプラス！

血糖の上昇をゆるやかにするコツを、管理栄養士による講話と調理実習で学びます。

【対象】市に住民登録がある人
【日時】3月2日(水) 10時～13時
【場所】市保健所（神明町）
【定員】30人
【申し込み】2月19日(金)9時から健康推進課 ☎603-8305で先着順に電話受け付け

■MORIガール&ママの食育レッスン

【対象】市に住民登録があり、おおむね20～30代の女性※妊産婦除く

【日時】3月8日(火)10時～13時
【場所】市保健所（神明町）
【内容】キレイと健康をつくる食事の講話と郷土料理の調理実習
【定員】20人
【申し込み】2月18日(木)9時から健康推進課 ☎603-8305で先着順に電話受け付け
※1歳以上の幼児先着10人まで託児可能。申込時にお伝えください

■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。
【対象】市に住民登録があり、7月に出産予定の初妊婦と夫
【日時】3月13日(日)10時～15時
【場所】市保健所（神明町）

健康のために受けましょう

■「耳の日」無料相談会

3月3日は「耳の日」。そこで、難聴や耳鳴り、補聴器、人工内耳など耳に関する検査・相談に専門医などが応じます。当日、会場へどうぞ。
【日時】2月28日(日)10時～13時
【場所】リリオ（大通一）
【問い合わせ】岩手医大耳鼻咽喉科 ☎651-5111（内線6804）

■心の悩み電話相談

自殺予防対策などのため、精神科に勤務する看護師が心の悩みについて電話相談に応じます。
【日時】3月5日(土)10時～15時
【相談電話】604-7006・7007
【問い合わせ】日本精神科看護協会岩手県支部 ☎604-7006

■乳がん・子宮頸がん検診は3月19日まで

27年度の市の乳がん・子宮頸

その他のお知らせ

■大切な人を失った人のための心の回復を助ける教室と相談

大切な家族などを亡くし、強い

このページに関する問い合わせやご意見、ご感想は下記へどうぞ。
■市保健所企画総務課 ☎020-0884神明町3-29、☎603-8301
☒電子メール kikakusoumu@city.morioka.iwate.jp

【定員】40組
【申し込み】2月19日(金)14時から健康推進課 ☎603-8303で先着順に電話受け付け

■離乳食教室

離乳食についての講話や試食で、初めての離乳食への不安を解消します。

【対象】市に住民登録があり、27年11月生まれの乳児と初めて子育てしている母親

【日時】3月15日(火)10時～12時
【場所】市保健所（神明町）
【定員】30組
【申し込み】2月23日(火)14時から健康推進課 ☎603-8305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

■マタニティ教室～平日コース～

妊娠中の栄養管理と、ママと赤ちゃんの歯の健康について、講話や調理実習を通して学びます。

【対象】市に住民登録があり、参加時におおむね妊娠5～8カ月の初妊婦

【日時】3月17日(木) 10時～13時半
【場所】市保健所（神明町）
【定員】30人
【申し込み】2月26日(金)14時から健康推進課 ☎603-8303で先着順に電話受け付け

当は保健予防課 ☎603-8308。
【検査受付日時】2月27日(土)11時～14時
※イベントは13時～16時
【場所】アイーナ（盛岡駅西通一）

■食品衛生監視指導計画案への意見を募集

市は、食品衛生上の健康被害を防止するため、食品衛生法に基づき作成した同計画案への意見を2月24日(水)から募集します。計画案は、市保健所1階と市役所本館1階の窓口案内所や各支所などに備え付けるほか、市公式ホームページにも掲載します。詳しくは、生活衛生課 ☎603-8311へどうぞ。

【意見提出方法】任意の用紙に住所と名前、意見を記入し、☎020-0884神明町3-29、市保健所生活衛生課へ郵送または持参。ファクス654-5665や市公式ホームページでも受け付けます。郵送は3月14日(月)必着。その他は同日17時締め切り

1月26日開催の離乳食教室に参加した子どもたち

3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。

市保健所（神明町）			
1歳6カ月児健診	3/2(水)	26年8月14日～8月25生まれ	
受付時間：9時15分～10時15分	3/16(水)	26年8月26日～9月7生まれ	
3歳児健診	3/23(水)	26年9月8日～9月18生まれ	
受付時間：9時15分～10時15分	3/30(水)	26年9月19日～9月26生まれ	
3歳児健診	3/11(金)	24年11月16日～11月27生まれ	
受付時間：9時15分～10時15分	3/18(金)	24年11月28日～12月11生まれ	
高松地区保健センター（上田字毛無森）			
1歳6カ月児健診	3/9(水)	26年8月11日～9月9生まれ	
受付時間：9時15分～10時15分	3/25(金)	24年11月19日～12月25生まれ	
3歳児健診	3/2(金)	26年8月25日～9月17生まれ	
受付時間：9時15分～10時15分	3/17(木)	24年11月6日～12月10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	3/17(木)	26年8月25日～9月17生まれ	
受付時間：9時15分～10時15分	3/10(木)	24年11月6日～12月10生まれ	
3歳児健診	3/10(木)	24年11月6日～12月10生まれ	
受付時間：9時15分～10時15分	3/3(木)	26年8月4日～9月2生まれ	
3歳児健診	3/3(木)	24年11月4日～12月2生まれ	
受付時間：9時15分～9時半	3/3(木)	24年11月4日～12月2生まれ	
【問い合わせ】健康推進課 ☎603-8304 玉山総合事務所健康福祉課 ☎683-3869			

診療時間外に子どもの具合が悪くったら…

市医師会ホームページをご覧くださいhttp://www.morioka-med.or.jp/syouni/1.htm

■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。

3月						
日	月	火	水	木	金	土
		1 川久保	2 中央	3 日赤	4 中央	5 こども
6 医大	7 中央	8 川久保	9 日赤	10 中央	11 中央	12 日赤
13 中央	14 医大	15 川久保	16 日赤	17 医大	18 中央	19 こども
20 中央	21 医大	22 中央	23 医大	24 中央	25 医大	26 中央
27 医大	28 中央	29 医大	30 中央	31 医大		

当番病院一覧

中央	県立中央病院
上田一丁目4-1	☎653-1151
日赤	盛岡赤十字病院
三本柳6-1-1	☎637-3111
医大	岩手医科大学附属病院
内丸19-1	☎651-5111
こども	もりおかこども病院
上田字松屋敷11-14	☎662-5656
川久保	川久保病院
津志田26-30-1	☎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

人間ドック & 脳ドック

市立病院は、病気の早期発見と早期治療を目的として、人間ドック・脳ドックを表1のとおり実施しています。健やかな生活を送るため、年1回の受診をお勧めします。また、人間ドックには表2の検

査項目を追加することができます。なお、受診には予約が必要です。

【担当】市立病院 医事課
☎020-0866本宮五丁目15-1
☎635-0101（代表）

表1 市立病院人間ドックの概要

コース		検査内容など	受診料	実施日
人間ドック	日帰り	身体計測、尿検査、生理学的検査、X線検査（胸部、胃部）、腹部超音波検査、血液生化学検査、血液一般、免疫血清検査、糖検査、便検査、診察	4万4238円	水・金曜
		+子宮がん検査	4万7910円	
		+乳房X線検査	5万 132円	
		+子宮がん検査、乳房X線検査	5万3804円	
	1泊2日	+胃部内視鏡検査（胃部X線検査はなし）、乳がん検診（視触診、乳房X線）、子宮がん検診、栄養指導【宿泊施設】市内ホテル（個室）	6万6960円 ※宿泊と宿泊施設へのタクシー送迎、夕食含む	木～金曜
脳ドック		神経内科医師による診察、長谷川式簡易痴呆スケール（認知機能検査）、血圧測定、尿検査、血液学的検査、心電図検査、血液凝固機能検査、MR検査（脳の画像と脳血管の検査）、血液蛋白免疫学的検査、頸動脈エコー検査	3万9086円	水・金曜
1泊2日人間ドック+脳ドック		1泊2日人間ドックと脳ドックの検査内容【宿泊施設】市内ホテル（個室）	9万6788円	火～水曜

表2 人間ドックに追加できる検査項目

検査項目	内容	追加料金
ヘリコバクター・ピロリ菌検査	慢性胃炎や胃潰瘍、十二指腸潰瘍の原因となっているヘリコバクター・ピロリ菌について調べます	1028円
HCV抗体価精密検査	C型肝炎のウイルス感染を検査（1泊2日人間ドックの免疫血清検査には含まれています）	1296円
血圧脈波検査①	血管年齢（血管の硬さや狭さの程度）を調べます	1404円
骨密度測定②	骨の密度を測定し、骨粗しょう症の早期発見に役立てます	1512円
前立腺腫瘍マーカー	前立腺がんの早期発見に役立てる血液検査です	3065円
内臓脂肪量測定	内臓肥満（内臓脂肪の状態）を調べます	3600円
乳房超音波検査	乳房に超音波を当てて腫瘍の有無を調べます。乳房を圧迫しないため痛みはありません	3785円
歯科ドック③	むし歯・歯周病のリスク判定、レントゲン撮影を含む検査を行います	5400円
心臓超音波検査④	心筋梗塞や弁膜症など心疾患を調べます	9504円
胸部CT検査	CTで胸部を撮影し、肺、気管支などを調べます。肺がんの早期発見に役立てます	1万6200円

①②④：4月開始予定
③④：1泊2日人間ドック受診者のみ追加できる検査項目

市国民健康保険と後期高齢者医療制度の加入者の受診には、日帰りコース・1泊2日コースともに2万円（乳がんか子宮がんの検査を追加する場合は2万4000円）の助成があります。事前に手続きが必要です。詳しくは、健康保険課 ☎626-7527へどうぞ。

広告

広告募集中

● 広報 もりおか
● 広報 やはば
● 盛岡駅前観光案内ビジョン

詳しくはナチュラルコムまでお問合せください

盛岡駅前探偵団

盛岡駅前探偵団

好評OA中

IBCラジオ AM684kHz
月曜日～金曜日10:05～10:15

平成27年度 広報もりおか広告取扱代理店
IBCラジオ「開運!盛岡駅前探偵団」番組制作

Natural Com.
ナチュラルコム株式会社

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.naturalcom.jp/

広告

～福祉用品の販売・レンタルから住宅改修、そして介護支援事業まで～

レンタル たあがる サンメディカル

0120-53-8133

盛岡市有町2-31
FAX.0120-53-8155

株式会社 サンメディカル

営業所:盛岡(本社)・矢巾・大船渡・北上・一関・一戸・宮古・奥州・八戸・秋田・古川

0120-975-1333

0120-975-1333

0120-975-1333