

第2期予防接種を受けましょう

保健予防課 ☎603-8307

乳幼児期に受けた予防接種の追加接種をします。

■麻しん・風しん

🕒 期間：来年3月31日(木)まで

🏥 指定医療機関※赤ちゃん手帳につづるなどして配布済みの予診票(接種券)を持参

👤 平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれの子

📞 1002156

■①日本脳炎②ジフテリア・破傷風

🕒 期間：13歳の誕生日前日まで

🏥 指定医療機関

👤 ①小学4年生②小学6年生※学校を通じて予診票(接種券)を配布

📞 1002158

健康づくり! マッサージ等指導教室

長寿社会課 ☎603-8003

マッサージ師から軽体操とツボ押し方法の指導を受けられます。タオルと飲み物持参。当日は検温とマスクの着用をお願いします。

🕒 🏥 📞 表1のとおり※60歳以上

表1 マッサージ等指導教室の日程など

期日	時間	会場(所在地)	定員
6/8(火)	10時～12時	愛宕山老人福祉センター(愛宕町)	20人
6/11(金)		松園老人福祉センター(西松園二)	15人
6/16(水)	13時半～15時半	青山地区活動センター(青山三)	各 15人
6/21(月)	10時～12時	津志田老人福祉センター(津志田西二)	
6/24(木)	13時半～15時半	永井地域交流活性化センター(永井23)	

📞 電話：5月19日(水)10時から
📞 1003805

つどいの森で健康づくり

都南老人福祉センター ☎638-1122

🏥 都南老人福祉センター(湯沢1)

📞 電話：5月18日(火)10時から

■体操・ストレッチ教室

ストレッチポールを使った体操や筋力アップ運動、エクササイズなどの教室を、表2のとおり開催します。

🕒 10時半～11時半

👤 各10人※60歳以上

📞 各500円※初めての人は無料

表2 健康教室の日程など

期日	教室名
6/3(木)	リフレッシュ体操教室
6/10(木)	かんたんコロコロつどりん教室
6/17(木)	ツボでセルフケア体操
6/25(金)	ピラティス体操教室

■笑って健幸講座

笑いを織り交ぜた簡単なルールของเกมで、脳の活性化を目指します。

🕒 6月11日(金)10時半～11時半

👤 15人※60歳以上

守ってますか? たばこのルール

5月31日(月)は
世界禁煙デー

ひろがっています! 望まない受動喫煙対策

📞 健康増進課☎603-8305

受動喫煙によって、肺がんや脳卒中などになるリスクが高まります。日本では年間約1万5千人が、受動喫煙がなければこれらの疾患で死亡せずに済んだと推計※されています。

受動喫煙を防ぐために、昨年4月から多くの人が利用する施設は、原則、屋内禁煙とすることが義務付けられました。そのルールの一部を紹介します。

※厚生労働省ホームページより

受動喫煙を防止するための施設のルール(一部)

施設(飲食店、事業所など)

【原則】
屋内禁煙



ただし、「喫煙専用室」を設けることで、屋内喫煙が可能

★ 喫煙専用室には、標識掲示が義務付けられています

★ 20歳未満は、喫煙専用室への立ち入りが禁止されています

※詳しいルールは、厚生労働省ホームページ「なくそう! 望まない受動喫煙」をご覧ください

標識は、厚生労働省や市ホームページからダウンロードできます



標識の例



たばこを吸う人は、屋外でも家庭でも、受動喫煙をさせないように配慮をお願いします。

接骨院の休日当番

受付時間：10時～16時

※当番院が変更になることがあるので、事前に電話で確認してから利用してください

実施日	名称	所在地	電話番号
6/6(日)	ひかり整骨院中ノ橋	中ノ橋通一丁目7-1 エスビル4階	651-0480
6/13(日)	コスモ整骨院	緑が丘四丁目1-50アスティ緑が丘205号	681-3328
6/20(日)	村上整骨院	青山一丁目2-16	645-2313
6/27(日)	もとみや整骨院	本宮三丁目24-1	677-8427

診療時間外に具合が悪くなったら

■症状が比較的軽い場合は「初期救急医療機関」へ

名称	所在地・電話番号	受付時間	診療科目
市夜間急患診療所	神明町3-29(市保健所2階) ☎654-1080	19時～23時※年中無休 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、事前に電話をしてから来所してください。また、新型コロナウイルス・インフルエンザなどの検査は実施していません	内科・小児科
市立病院	本宮五丁目15-1 ☎635-0101	平日 17時15分～21時半★ 土・日曜、祝日 8時半～21時半★	内科・外科
休日救急当番医	休日救急当番医・薬局のとおり	9時～17時 ※歯科は15時まで ※薬局は17時半まで	内科・外科 小児科・歯科 薬局

★21時半以降は内科または外科医師のみとなります。事前に市立病院へお問い合わせください

休日救急当番医・薬局

※往診はできません

内 内科 外 外科・整形外科
小 小児科 歯 歯科 薬 薬局



日	区分	名称	所在地	電話番号	
5/23(日)	内	佐藤内科クリニック	大通三丁目1-24第三菱和ビル4階	626-1115	
		池田内科	上太田弘法清水10-3	659-0310	
		秋浜内科クリニック	渋民字駅103	683-2333	
	外	くろだ脳神経・頭痛クリニック	神明町10-38	653-3522	
		森田小児科医院	緑が丘四丁目1-50アスティ緑が丘1階	662-3326	
	小	ゆう歯科医院	永井17-79-2	681-6045	
		薬	大通よつば薬局	大通二丁目7-20	681-4091
			上太田薬局	上太田弘法清水1	658-1055
			たくぼく薬局	渋民字駅104	669-5800
			あすなる薬局	中ノ橋通一丁目14-9	623-8880
レミディ薬局			中ノ橋通一丁目14-8	652-1300	
調剤薬局アスティここの			緑が丘四丁目1-50	662-2877	
田中循環器内科クリニック			永井22-29-6	632-1320	
水沼内科循環器クリニック	中央通二丁目11-12明治中央通ビル1階		604-8002		
外	八角病院	好摩字夏間木70-190	682-0201		
	なおや脳神経・頭痛クリニック	本宮字小坂小瀬13-4	656-3708		
小	子どもは未来もりおかこどもクリニック	上田字松屋敷11-14	656-1366		
	歯	みちえ・やなぎさわ歯科	本宮字石仏22-16	659-1500	
すばる永井薬局		永井22-3-128	614-0025		
ポプラ薬局		名須川町27-42	652-3010		
おおたばし調剤薬局		本宮字小坂小瀬13-8	656-3131		
こなん薬局		上田字松屋敷23-3	664-1115		

※5月16日(日)の休日救急当番医・薬局は5月1日号に掲載しました

■入院が必要と思われる場合と初期救急医療機関が診療していない時間は「2次救急医療機関」へ

▶受診の際は、医療費とは別に定額負担料金が必要になる場合があります。
▶各病院で、その日の当直診療科が異なります。事前に各医療機関に問い合わせるか、市医師会のホームページをご覧ください。

病院名	電話番号
市立病院(本宮五)	635-0101
栃内病院(肴町)	623-1316
遠山病院(下ノ橋町)	651-2111
盛岡つなぎ温泉病院(繫字尾入野)	689-2101
盛岡友愛病院(永井12)	638-2222
川久保病院(津志田26)	635-1305
国立病院機構盛岡医療センター(青山一)	647-2195
八角病院(好摩字夏間木)	682-0201
▼重症患者を優先して受け入れ	
岩手医科大学附属病院(矢巾町)	613-7111
岩手県立中央病院(上田一)	653-1151
盛岡赤十字病院(三本柳6)	637-3111

2次救急医療機関の受入診療科はこちら

