

休日夜間診療

●休日診療所（水沢区多賀 21-1 医師会館内）

【午前10時～午後4時】 ☎ (25) 3935

〈5月〉3日(水)、4日(木)、5日(金)、7日(日)、14日(日)、21日(日)、28日(日)

●水沢医師会休日在宅当番医

【午前8時～午前10時】※要電話予約

5月3日(水) おおし消化器科整形外科 ☎ (24) 5131

5月4日(木) 胃腸クリニック ☎ (25) 2917

5日(金) 岩手クリニック水沢 ☎ (25) 1111

7日(日) とみた脳神経外科耳鼻咽喉科医院 ☎ (22) 3000

14日(日) 亀井内科消化器クリニック ☎ (24) 3155

21日(日) 加藤内科胃腸科 ☎ 090 (7526) 8007

29日(日) あてるい整形外科クリニック ☎ (51) 6788

●江刺市医師会休日当番医

【午前中～正午】

5月3日(水) たかはし内科医院 ☎ (35) 6668

4日(木) 滝田医院 ☎ (35) 2315

5日(金) 玉澤リハビリ整形外科 ☎ (35) 8801

7日(日) 柏木医院 ☎ (35) 2433

14日(日) ひらた外科内科クリニック ☎ (35) 1331

21日(日) 前田整形外科 ☎ (35) 2848

28日(日) 谷口耳鼻咽喉科医院 ☎ (35) 2927

●日曜歯科当番医

【午前9時～正午】

5月7日(日) 佐藤歯科医院 ☎ (23) 2633

14日(日) こだま歯科クリニック ☎ (23) 4181

津田歯科医院 ☎ (56) 6480

21日(日) ささき歯科医院 ☎ (24) 5418

28日(日) 大松沢歯科医院 ☎ (25) 5711

アヤノ歯科医院 ☎ (35) 2820

●日曜整骨当番院

【午前9時～午後3時】

5月7日(日) 佐藤整骨院 ☎ (56) 5417

14日(日) 伊藤整骨院 ☎ (22) 3851

21日(日) 佐藤整骨院 ☎ (35) 0894

28日(日) 及川整骨院 ☎ (23) 7187

●夜間診療

夜間診療については、「胆江地区消防組合消防本部」☎(24)7211 にお問い合わせください。

●問い合わせ 〈水沢区〉水沢保健センター ☎(23)4511

〈江刺区〉江刺総合支所健康増進課 ☎(35)2111

晴れ晴れウォーキング講座を開催します

水沢保健センターでは、初心者のための「晴れ晴れウォーキング」を次のとおり開催します。安全で健康づくりに効果的な正しいウォーキング方法について、この機会に学んでみませんか。

◇開催日時 5月25日(木)、6月8日(木)、7月13日(木)、8月31日(木)、9月14日(木)、10月5日(木)、11月9日(木)、12月7日(木)の全8回(原則毎回参加できる人)

◇開催時間 午前9時半から午前11時半まで(10月5日のみ午前9時半～午後3時)

◇開催内容 乙女川遊歩道、胆沢城跡などさまざまなコースを回りながら、ウォーキングの方法を学びます。

◇募集定員 40人

◇申し込み方法 5月1日から電話で申し込む。(定員になり次第締め切ります)

◇問い合わせ 水沢保健センター☎(23)4511

5月献血日程

| 日 | 地区区分 | 会場 | 時間 |
|--------|-------|---------------------------------|----------------------------|
| 1日(月) | 前沢 全血 | ユニカ(株)岩手工場 | 10:00～11:00 |
| | | 小岩金網(株)前沢インター工場 | 12:00～13:00 |
| | | (株)岩手東京ワイヤー製作所 | 14:30～15:30 |
| 4日(木) | 江刺 全血 | 江刺甚句まつり会場(江刺総合支所) | 9:30～11:30 13:00～16:00 |
| | | フードパワーセンターバリュー水沢店 | 9:30～12:00 13:30～16:30 |
| 7日(日) | 水沢 全血 | 胆沢ダム工事事務所 | 9:30～11:30 |
| | | (株)ツツバ インターワイヤード(株) | 13:00～14:30 15:00～16:00 |
| 12日(金) | 胆沢 全血 | 花菱縫製(株)江刺工場 | 10:00～11:30 |
| | | 田中貴金属工業(株)岩手工場 京浜光膜工業(株)岩手工場 | 13:00～14:00 15:00～16:30 |
| 15日(月) | 江刺 全血 | | 9:20～12:00 13:00～16:30 |
| | | 奥州市役所 | 9:20～12:00 13:00～16:30 |
| 17日(水) | 水沢 成分 | | 10:00～12:00 13:30～16:00 |
| | | ジャスコ前沢店 | 10:00～12:00 13:30～16:00 |
| 21日(日) | 前沢 全血 | (株)日立メディアエレクトロニクス | 9:30～12:00 |
| | | 特別養護老人ホーム福寿荘 | 13:30～14:30 |
| | | 県立水沢高等学校 | 15:30～17:00 |
| 22日(月) | 水沢 全血 | | 9:30～11:30 13:00～16:30 |
| | | 胆沢総合支所 | 9:30～11:30 |
| 29日(月) | 胆沢 成分 | 胆沢総合支所 | 9:30～11:30 |
| | 前沢 成分 | まなびい館(前沢総合支所となり) | 13:00～16:30 |
| 31日(水) | 水沢 全血 | JA 岩手ふるさと農協常盤支店 | 9:30～11:00 |
| | | 高惣建設(株) | 12:30～14:00 |
| | | ジョイス水沢日高店 | 14:30～16:30 |

※成分献血は事前に予約が必要になります。予約・お問い合わせは各総合支所までお願い致します。

〈前沢区〉前沢総合支所健康福祉課 ☎(41)3501、有線 3274

〈胆沢区〉健康増進プラザ悠悠館 ☎(46)2977

〈衣川区〉衣川総合支所健康福祉課 ☎(52)3800

保健だより

健診・教室・健康相談日程

| | 相談名 | 会場 | 日(曜) | 時間 | 対象、持ち物など |
|-----------|--------------------|--|---|---------------------------|---------------------|
| 水沢区 | ■母子健康手帳交付 | 水沢保健センター | 毎週月～金 | | |
| | ■初妊婦母親教室 | 〃 | 19(金) | 13:00～16:00 | 18年9、10月出産予定 |
| | ■離乳食教室 | 〃 | 11日(木) | 9:30～12:00 | 17年12月生まれ※要予約 |
| | ■4カ月児健康診査・BCG 予防接種 | 〃 | 9日、23日(火) | 13:00～13:30 | 18年1月生まれ |
| | ■ポリオ予防接種 | 〃 | 11日(木)、15日(月)、16日(火)、25日(木) | 13:30～14:00 | 17年8、9月生まれ |
| | ■1歳6カ月児健康診査 | 〃 | 10日、24日(水) | 13:00～13:30 | 16年10月生まれ |
| | ■3歳児健康診査 | 〃 | 17日(水)、18日(木) | 13:00～13:30 | 14年11月生まれ |
| | ■はじめてのパパママセミナー | 〃 | 13日(土) 9:00～12:00 (18年7月出産)、13:00～16:00 (18年8月出産予定) | | |
| | ■発達相談 | 〃 | 12日(金) | 13:00～17:00 | ※要予約 |
| | ■ことばの相談 | 〃 | 26日(金) | 9:00～12:00 | ※要予約 |
| | ■こどもの広場 | 〃 | 16日(火) | 9:20～12:00 | ※要予約 |
| | ■外国人ママふれあいサークル | いずみ保育園 | 23日(火) | 9:30～12:00 | |
| | ■精神障害者デイケア教室 | 水沢公民館 | 2日、16日(火) | 9:00～16:00 | |
| | ■機能訓練教室 | 水沢保健センター | 12日、26日(金) | 10:30～14:30 | |
| 前沢区 | ■健康運動天空アテルイ実技講習 | 保セ、南、常盤、佐倉河、真城、姉体公民館 羽田公民館 | 15日(月) 18日(木) | 10:00～11:00 | |
| | ■地域参加機能訓練教室 | 9日(火)赤土田集会所(13:30～15:30)、15日(月)真城・羽田公民館(13:30～15:30)、22日(月)姉体公民館・黒石公民館(13:30～15:30)、23日(火)北下中分館(10:00～11:40)、25日(木)佐倉河公民館(10:00～13:30) | | | |
| | ■地区健康相談 | 佐倉河、真城、姉体、羽田、黒石公民館 | 15日(月) | 10:00～11:00 | |
| | ■常盤公民館「子育てひろば」 | 常盤公民館 水沢公民館 上姉体分館 | 毎週火曜日 毎週金曜日 20日(土) | 10:00～11:30 | |
| 江刺区 | ■母子健康手帳交付 | 江刺総合支所健康増進課 | 11、18、25日(木) | 9:00～11:30 | 保険証・印鑑・振込先通帳 |
| | ■母親教室 | 江刺保健センター | 11日(木) | 13:15～13:30 | |
| | ■4カ月児健康診査・BCG 予防接種 | 〃 | 26日(金) | 13:15～13:30 | 18年1月生まれ |
| | ■ポリオ予防接種 | 〃 | 12日、16日、30日 | 14:30～15:00 | |
| | ■1歳6カ月児健康診査 | 〃 | 24日(水) | 12:45～13:00 | 16年10月生まれ |
| | ■2歳3カ月児子育て教室 | 〃 | 17日(水) | 9:00～9:30 | |
| | ■3歳児健康診査 | 〃 | 10日(水) | 12:45～13:00 | 14年11月生まれ |
| ■70歳の健康相談 | 多目的ホール | 29日(月) | 9:30受付 | | |
| 前沢区 | ■母子健康手帳交付 | 前沢健康管理総合センター | 毎週水曜日 | 8:30～12:00 | |
| | ■妊婦健康相談および子育て相談 | 〃 | 〃 | 〃 | |
| | ■4カ月児健康診査・BCG 予防接種 | 〃 | 11日(木) | 13:00～13:30 | 18年1月生まれ |
| | ■ポリオ予防接種 | 〃 | 9日(火) | 13:00～ | 17年12月生まれ・未接種者 |
| 胆沢区 | ■1歳6カ月児健康診査 | 〃 | 25日(木) | 13:00～13:30 | 16年9月・10月生まれ |
| | ■なんでも健康相談 | 〃 | 毎週水曜日 | 9:00～11:00 | |
| 衣川区 | ■母子健康手帳交付 | 健康増進プラザ悠悠館 | 2、9、16、23、30日(火) | 9:00～11:30 | |
| | ■ポリオ予防接種 | 〃 | 23日(火)、24日(水)、26日(金) | 15:00～15:20 | |
| | ■4カ月児健康診査・BCG 予防接種 | 〃 | 8日(月) | 12:50～13:10 | 18年1月生まれ |
| | ■3歳児健康診査 | 〃 | 18日(木) | 13:45～14:00 | 14年11月生まれ |
| | ■健康相談 | 〃 | 2、9、16、23、30日(火) | 9:00～11:30 | |
| 全市 | ■朝食デー | 〃 | 21日(日) | | |
| | ■母子健康手帳交付 | 衣川保健福祉センター | 随時 | | ※要予約 |
| | ■4カ月児健康診査・BCG 予防接種 | 〃 | 30日(火) | 13:10～13:20 | 18年1月生まれ |
| | ■ポリオ予防接種 | 〃 | 23日(火) | 13:00～13:30 | |
| ■わくわく親子教室 | 〃 | 11日(木) | 9:45～10:00 | 1～3歳児 | |
| 全市 | ■2歳6カ月児歯科健康診査 | 市内歯科医院で受診します。母子健康手帳、受診票をお持ちください。 | | | |
| | ■精神保健福祉相談 ※要予約 | 江刺総合支所2階会議室 奥州保健所2階相談室 | 11日(木) 24日(水) | 9:00～10:00 13:00～14:00 | ☎奥州保健所 (22) 2861 |