

# 保健だより

2月

## 保健日程 一教室・健康相談

■問い合わせ  
本庁健康増進課成人保健係・母子保健係（水沢保健センター ☎ 4511）、各総合支所健康福祉課

### 「奥州市各種検診申込及び状況調査書」の提出を（成人保健係、各総合支所健康福祉課）

市では、1月下旬に「平成31年度分奥州市各種検診申込及び状況調査書（以下『申込書』）」を対象年齢の人がいる世帯に送付します。申込書には、31年度の各種検診の対象者が記載されていますので、必要事項を記入し、同封の返信用封筒に入れ郵送または直接提出してください。申し込んだ人には5月下旬に日時、会場などを記載した「受検シール」「受検票」「検診のお知らせ」を送付します。

なお、申込書は状況調査も兼ねていますので、**市の検診を希望しない場合でも必ず返信してください。**

■提出期限 2月20日（日）  
※次の検診は対象者全員に通知書兼受診票を送付しますので、申し込みの必要はありません  
国保特定・長寿・一般健康診査、国保30代健康診査、肝炎ウイルス検査、成人歯科健康診査、骨粗しょう症予防検診

### ■節目人間ドックの申し込みを開始します（成人保健係）

市では、5歳ごとの節目に人間ドックを受診する人の検査費用を助成します。

■対象（生年月日）

20歳	平成11年4月2日～12年4月1日
25歳	平成6年4月2日～7年4月1日
30歳	平成元年4月2日～2年4月1日
35歳	昭和59年4月2日～60年4月1日
40歳	昭和54年4月2日～55年4月1日
45歳	昭和49年4月2日～50年4月1日
50歳	昭和44年4月2日～45年4月1日
55歳	昭和39年4月2日～40年4月1日
60歳	昭和34年4月2日～35年4月1日
65歳	昭和29年4月2日～30年4月1日
70歳	昭和24年4月2日～25年4月1日
75歳	昭和19年4月2日～20年4月1日
80歳	昭和14年4月2日～15年4月1日

- 定員 100人（先着順）
- 実施場所 総合水沢病院
- 受診期間 5月～2020年2月

■必須検査 診察、尿検査、心電図、聴力検査、血液検査、肺機能検査、眼科検査、超音波検査、胸部X線、胃部検査、大腸がん、乳がん・子宮頸がん（女性）、前立腺がん（男性）

※市が実施する検診と重複して受けることはできません。重複受診した場合、全額自己負担となります

■検査費用（上記必須検査の場合） 単位：円

	国保・後期高齢者医療被保険者		国保・後期高齢者医療被保険者以外	
	男性	女性	男性	女性
検査費用	43,000	49,000	43,000	49,000
助成額	15,000	21,000	7,000	13,000
自己負担額	28,000		36,000	

- 申込期間 2月4日（日）～3月29日（日）
- 申し込み方法 総合水沢病院、各総合支所健康福祉課に備え付けの申込書をファクスまたは直接提出
- 申込先 総合水沢病院健康管理科（☎ 9091）

### ■子どもの病気などの相談窓口をご利用ください（母子保健係）

急な発熱など、子どもの病気やけがはよくあることです。病気やけがの対応、予防接種や健診の受け方な

どの相談窓口がありますのでご利用ください。また、日頃から相談できる「かかりつけ医」を持ちましょう。

相談内容	相談窓口	開設日・時間
病気、けが、健診、予防接種など	本庁健康増進課（水沢保健センター ☎ 4511）、各総合支所健康福祉課（江刺 ☎ 2111、前沢 ☎ 2111、胆沢 ☎ 2977、衣川 ☎ 3111）	月～金（祝年末年始を除く） 8:30～17:15
夜間の病気、けがの対処や応急処置	こども救急相談電話（☎ 019-605-9000『岩手県医師会』または局番なしの #8000）	年中無休 19:00～23:00
自宅近くの医療機関	奥州保健所（☎ 2831）	月～金（祝年末年始を除く） 8:30～17:15

※24時間、地域や診療科目などで医療機関を検索できる、いわて医療情報ネット～岩手県医療機関検索サービス～（http://www.med-info.pref.iwate.jp/）もご利用ください

- 母子健康手帳交付  
平日 ☎ 8:30～17:00 持 保険証、印鑑、振込先通帳  
○水沢 ☎ 水沢保健センター  
○江刺【要予約】 ☎ 江刺総合支所健康福祉課  
○前沢【要予約】 ☎ 前沢総合支所健康福祉課  
○胆沢【要予約】 ☎ 健康増進プラザ悠悠館  
○衣川【要予約】 ☎ 衣川総合支所健康福祉課
- はじめてママの健康講座【要予約】  
22日（日） 13:00～16:00 ☎ 健康増進プラザ悠悠館  
対 2019年7・8月出産予定の初妊婦 持 母子健康手帳・筆記用具 ☎ 水沢保健センター ※申込期限…19日（日）
- はじめてのパパママセミナー【要予約・先着順（午前・午後各15組）】  
2日（日） 9:00～12:00、13:00～16:00 ☎ 健康増進プラザ悠悠館 対 19年5・6月出産予定の初妊婦とその夫 持 母子健康手帳・筆記用具 ☎ 水沢保健センター ※申込期限…1月31日（日）
- 離乳食教室（もぐもぐ教室）【要予約】  
28日（日） ☎ 9:30～9:45 ☎ 江刺保健センター 対 18年6・7月生まれ 持 母子健康手帳・筆記用具 ☎ 江刺総合支所健康福祉課 ※申込期限…25日（日）

- 外国人ママふれあいサークル  
26日（日） 10:00～11:45 ☎ 子育て総合支援センター（いずみ保育園） 対 市内在住の外国人ママ（妊婦含む） ☎ 水沢保健センター
- BCG集団予防接種【要予約】  
21日（日） ☎ 13:00～13:15 対 生後5カ月から1歳未満 ☎ 水沢保健センター ※医療機関での個別接種も可
- ひきこもり個別相談会【要予約】  
18日（日） 13:00～16:00 対 おおむね6カ月以上自宅に引きこもっている主に20～40代の本人とその家族 ☎ 奥州保健所 ※申込期限…6日（日）
- 精神保健福祉相談【要予約】  
27日（日） 13:00～16:00 ☎ 奥州保健所
- 骨髄バンクドナー登録・エイズ抗体即日検査  
クラミジア病原体検査・梅毒検査・肝炎検査【要予約】  
21日（日） 9:00～12:00（骨髄バンク、エイズ抗体即日検査、クラミジア病原体検査、梅毒検査）、9:00～14:00（肝炎検査） ☎ 奥州保健所
- 家族そろって朝食ディ  
21日（日）は朝食ディです。家族そろって朝食を取りましょう!!

※☎は受付時間、☎は会場、対は対象者、持は持ち物、予は予約先、☎は問い合わせ先を表します。水沢保健センター ☎ 4511、江刺総合支所健康福祉課 ☎ 2111、前沢総合支所健康福祉課 ☎ 2111、健康増進プラザ悠悠館 ☎ 2977、衣川総合支所健康福祉課 ☎ 3111、奥州保健所 ☎ 2831

## 休日・夜間診療 / 献血

- 奥州金ヶ崎休日診療所（水沢多賀21-1 ☎ 3935）  
【診療時間】8:30～16:00 ※診療は上記の場所で行います  
3日（日） 清水 良明 先生（レディースクリニック清水医院）  
10日（日） 高橋 幸洋 先生（たかはし整形外科スポーツクリニック）  
11日（日） 鈴木 教敬 先生（鈴木内科消化器科クリニック）  
17日（日） 有住 朋子 先生（ありすみ内科クリニック）  
24日（日） 鈴木 密雄 先生（ひばりが丘クリニック）

- 奥州金ヶ崎夜間診療所（水沢多賀21-1 ☎ 3935）  
【診療日】年中無休 【診療時間】18:30～21:00

- 江刺休日当番医 【診療時間】午前中  
3日（日） 及川整形外科クリニック ☎ 2917（八日町）  
10日（日） 産婦人科おいなお医院 ☎ 3033（岩谷堂字小境）  
11日（日） 柏木医院 ☎ 2433（六日町）  
17日（日） 菊地内科胃腸科こどもクリニック ☎ 2622（豊田町）  
24日（日） 関谷医院 ☎ 3511（大通り）

- 日曜歯科当番医 【診療時間】9:00～12:00  
3日（日） 千葉歯科クリニック ☎ 2426（金ヶ崎町西根上餅田）  
10日（日） ささき歯科医院 ☎ 5418（水沢字柳町）  
17日（日） さくらば歯科医院 ☎ 2033（胆沢小山字峠）  
24日（日） 松本歯科医院 ☎ 5578（金ヶ崎町西根西地蔵野）

- こども救急相談電話（☎ 019-605-9000）  
【診療日】年中無休 【受付時間】19:00～23:00

- 日曜当番整骨院 【診療時間】9:00～15:00  
3日（日） 星整骨院 ☎ 3742（水沢福吉町）  
10日（日） 阿部整骨院 ☎ 1036（江刺六日町）  
17日（日） 古村整骨院 ☎ 4542（水沢三本木）  
24日（日） 伊藤整骨院 ☎ 3851（水沢南大鐘）

- 普通救命講習会  
万が一に備えて、心肺蘇生法やAED（自動体外式除細動器）の使い方を学びませんか。  
▷日時・場所…17日（日） 9:00～12:00 胆沢分署  
▷対象…中学生以上  
▷内容…心肺蘇生法、AEDの使用法、異物除去法、止血法  
▷受講料…無料 ▷申込期限…15日（日）  
▷問い合わせ・申込先…奥州金ヶ崎行政事務組合消防本部 消防救急課救急係（☎ 7211）

- 献血日程

3日（日）	いわて生協コースアテルイ	9:30～12:00 13:30～16:00
5日（日）	東北電力（株）水沢電力センター （株）キンレイ I. S. W	9:30～11:00 12:30～13:30
26日（日）	（株）東洋工機 胆沢総合支所	12:30～13:30 14:30～16:30

○会場 400ml 献血のみの受け付けとなります