

健康・健康相談

こころの健康相談

健康推進課

日時 7月15日(金) 10時～15時
 場所 古川保健福祉プラザ（fプラザ）
 内容 臨床心理士などによる相談
 対象 「イライラする」「眠れない」など、こころの健康に不安のある人
 申込 事前に電話で申し込み
 問 健康推進課成人保健担当 ☎23-5311

保健福祉事務所・定例相談

県北部保健福祉事務所

■思春期・青年期のひきこもり相談
 日時 7月25日(月) 13時～15時
 場所 県北部保健福祉事務所（大崎合同庁舎）2階 診察室
 内容 精神科医師などによる相談
 対象 自宅にひきこもっている思春期・青年期（おおむね30歳代まで）の人とその家族
 申込 事前に電話で申し込み

■精神保健福祉相談
 日時 7月20日(火) 13時30分～16時
 場所 県北部保健福祉事務所（大崎合同庁舎）2階 診察室
 内容 精神科医師などによる相談
 対象 「イライラする」「眠れない」など、こころの健康に不安のある人
 申込 事前に電話で申し込み
 問 県北部保健福祉事務所障害者支援班 ☎87-8011

認知症専門相談

高齢介護課

認知症の早期発見、適切な対応方法などについての相談です。
 日時 7月26日(火) 9時30分～12時
 場所 鹿島台総合支所
 内容 認知症専門医による相談
 対象 認知症が疑われる高齢者または認知症の高齢者を介護している人
 申込 7月15日(金)まで
 問 鹿島台総合支所保健福祉課 ☎56-9029

■定員のある募集記事で特に記載のない場合、申し込みは7月1日(金)から先着順で受け付けます。対象は、市民または市内に勤務している人です。

ご注意ください！食中毒

健康推進課

梅雨の時期から夏にかけては、細菌の増殖が活発になるため、食中毒が発生しやすくなります。
 「食中毒予防の3原則」を守り、食中毒を防ぎましょう。
【食中毒予防の3原則】
①細菌をつけない（よい環境、手洗い）
 手をよく洗い、調理器具は魚介類・肉類用と、野菜用などを区別する。
②細菌を増やさない（低温管理、乾燥）
 調理後はできるだけ早く食べ、適切な温度で保存する。
③細菌をやっつける（洗浄、消毒、加熱）
 中心まで加熱し、食器や調理器具は消毒する。
 問 健康推進課保健・地域医療担当 ☎23-5311
 または各総合支所保健福祉課

おおさき市民健診

健康推進課

申込者には受診票を送付しています。申し込みをしていない人も受診できますのでお問い合わせください。
■総合健診（集団検診）
 特定健康診査、健康診査、結核・肺がん検診、胃がん検診(午前のみ実施)、大腸がん検診、前立腺がん検診、骨粗しょう症検診、肝炎ウイルス検診 ※肝炎ウイルス検診は40歳以上の5歳刻みの年齢の人は無料で受診できます。（年齢上限なし）

日程	受付時間	場所
14日(木)、15日(金)、19日(火)、20日(水)	7:30～11:00	古川保健福祉プラザ（fプラザ）
21日(木)、22日(金)		宮沢地区公民館 ※長岡小学校体育館から変更
25日(月)		清滝小学校体育館
26日(火)、27日(水)		古川第四小学校体育館 ※富永小学校体育館から変更
28日(木)、29日(金)		古川第四小学校体育館

日程	受付時間	場所
6日(火)～9日(木)	7:30～11:00	三本木保健福祉センター

日程	受付時間	場所
1日(金)～7日(木) ※日曜日を除く	7:30～11:00	スコーレハウス
5日(火)（夜間）	17:30～19:30	

日程	受付時間	場所
11日(月)～13日(水)	7:30～11:00	川渡地区公民館
14日(木)、15日(金)		鬼首基幹集落センター
16日(土)、19日(火)、20日(水)		鳴子保健・医療・福祉総合センター
19日(火)（夜間）	17:30～19:30	鳴子小学校 中山小学校
21日(木)	7:30～11:00	
22日(金)		

日程	受付時間	場所
6日(火)～8日(木)	7:30～8:30 9:00～9:30 10:00～10:30	三本木保健福祉センター

日程	受付時間	場所
21日(木)～23日(土)	9:00～9:30 10:00～10:30 12:30～13:30	三本木保健福祉センター

■特定健診・健康診査（個別検診）
 6月～12月まで市内協力医療機関で受診できます。
■子宮がん・乳がん健診（個別検診）
 7月～11月まで市内協力医療機関（産婦人科、外科）で受診できます。
 問 健康推進課成人保健担当 ☎23-5311
 または各総合支所保健福祉課

熱中症を防ぐために

健康推進課

特に高齢者や乳幼児は次のことに気をつけ、熱中症を予防しましょう。
 ・のどが乾く前のこまめな水分補給
 ・扇風機やエアコンを使った室温調節
 ・通気性の良い吸湿・速乾の衣料
 ・保冷剤、ぬれタオルなどによる体の冷却
 ・外出時の日傘や帽子の着用
 問 健康推進課保健・地域医療担当 ☎23-5311
 または各総合支所保健福祉課

女性の健康相談

健康推進課

女性医師が、身体的・精神的不調などで悩んでいる女性の相談に応じます。
 日時 7月30日(土) 14時～17時
 場所 大崎市内（予約時に直接通知）
 料金 無料
 申込 宮城県女医会女性の健康相談室 ☎090-5840-1993 に電話で申し込み
 問 健康推進課成人保健担当 ☎23-5311

ヘルスアップセミナー(全5回)

健康推進課

■3回目「**リフレッシュ** 筋力アップ&ストレス発散」
 日時 7月26日(火) 9時～12時
 場所 古川保健福祉プラザ（fプラザ）
 内容 **リフレッシュ** 食事ワンポイント、歯周病に効く歯みがきその2
 対象 30～64歳で運動制限のない人
 定員 30人
 持ち物 運動しやすい服装、飲み物、みそ汁100ml(塩分測定用)、歯ブラシ、食事記録
 申込 7月22日(金)まで
 問 健康推進課成人保健担当 ☎23-5311

高齢者の集い
活動サポーター募集

高齢介護課

集会所などで開催されている「高齢者の集い」で、体操や回想法などを行うボランティアを募集します。
 活動サポーター養成研修受講後、希望により実地研修や復習研修も受講できます。
【活動サポーター養成研修】
■古川地域
 日時 7月26日(火)、8月9日(火)、22日(月)、9月6日(火) すべて13時30分から
■三本木、松山、鹿島台地域
 日時 7月28日(木)、8月2日(火)・23日(火)、9月12日(月) すべて13時30分から（9月12日(月)のみ10時から）
■岩出山、鳴子温泉地域
 日時 7月25日(月)、8月4日(木)・25日(木)、9月5日(月) すべて10時から

■田尻、古川北部地域
 日時 7月20日(火)、8月8日(月)、8月29日(月)、9月13日(火) すべて10時から（8月8日(月)のみ13時30分から）
 問 大崎市社会福祉協議会 ☎21-0550
 または大崎市社協各支所
 高齢介護課地域支援係 ☎23-2511

相談

若者の「就労」「自立」を支援します

商工振興課

「働きたいけど一歩が踏み出せない」「対人関係が苦手」「相談相手がいない」などの悩みを抱えている若者と、その保護者や家族の無料総合相談窓口です。
 自己表現訓練や職場体験などの支援プログラムは有料です。
 日時 月曜日～土曜日 10時～17時
 場所 古川駅前ふるさとプラザ1階
 対象 おおむね40歳までの人
 問 みやぎ北若者サポートステーション ☎21-7022

男女共同参画相談

男女共同参画相談室

夫婦および家庭の問題、パートナーからの暴力、職場での問題などについて、相談員やカウンセラーが相談に応じます。
■フェミニストカウンセリング(要予約)

日程	時間	場 所
13日(火)～27日(水)	10:30～16:30	古川駅前ふるさとプラザ

日程	時間	場 所
6日(火)～20日(水)	10:00～15:00	松山青少年交流館 田尻スキップセンター

■随時相談・電話相談
 日時 月～金曜日 9時～16時
 場所 古川駅前ふるさとプラザ2階
 問 男女共同参画相談室 ☎24-3950

地域	日程	時間	場 所	区分
古 川	14日(木)～28日(火)	13:00～16:00	古川駅前ふるさとプラザ	人・行 人・行
	12日(火)～26日(火)	10:00～15:00 13:00～16:00	松山保健福祉センター	人権 行政
三本木	6日(火)～20日(火)	10:00～15:00	三本木総合支所	行政 人権
	12日(火)～13日(水)	10:00～15:00	鹿島台総合支所	行政 人権
岩出山	15日(金)	9:00～12:00 10:00～15:00	岩出山総合支所	行政 人権
鳴子温泉	22日(金)	10:00～15:00	鳴子公民館	人権
田 尻	21日(木)	9:00～11:00 10:00～15:00	田尻老人福祉センター	行政 人権

問 市政情報課市民相談係 ☎23-9125
 問 各総合支所総務課
 松 山 ☎55-2111 三本木 ☎52-5830
 鹿島台 ☎56-7111 岩出山 ☎72-1211
 鳴 子 ☎82-2191 田 尻 ☎39-1111

日程	時間	場所
月～金曜日	9:00～16:00	市政情報課 (市役所東庁舎1階)
問 市政情報課市民相談係	☎23-9125	

日程	時間	場所
20日(火)	14:00～16:00	鹿島台総合支所
問 市政情報課市民相談係	☎23-9125	

◆多重債務無料法律相談
 弁護士による無料法律相談で、面接時間は約30分です。事前に必要事項の聞き取りを行います。

日程	時間	場所
①14日(木)②21日(木)③28日(木)	13:00～16:00	消費生活センター (市役所東庁舎1階)
申込 ①7月8日(金)まで②7月15日(金)まで③7月22日(金)まで		問 消費生活センター ☎21-7321

日程	時間	場所
8日(金)	13:00～16:00	岩出山総合支所
申込 7月7日(木)まで		問 宮城県司法書士会 ☎022-263-6755