

# 健康づくりは幸せづくり 生活習慣病予防健診が始まります

町では4月6日から5月2日までの20日間で生活習慣病予防健診を実施します。年に1回の健診は、自分の健康状態を確認するチャンスです。この機会に健診を受けましょう！

## 健診会場までの送迎車両を運行

自宅から地区の健診会場までの送迎車両を運行します。どなたでも利用できますので、車両による送迎を希望する方は地区の保健委員または健康福祉課（☎内線158・159）へご連絡ください。

## 健診日程はチラシが広報カレンダーを確認

健診日程と会場は、保健委員が配布したチラシまたは31ページ掲載の広報カレンダーでご確認ください。

なお、7会場で歯科健診が受けられます。無料で受けられますので、ご確認のうえお出かけください。

## 社会保険加入者家族の方忘れずにお持ちください

社会保険加入者のご家族は、特定健診を受けるときに次の3つが必要です。忘れずに会場へお持ちください。

- ▽受診券（保険証を発行している保険者から送付されます）
- ※詳しくは、各保険者へお問い合わせください
- ▽保険証
- ▽健診料金

## 受診する際の注意点

【胃がん検診・腹部超音波検診を受ける人】

前日の夕食後から検査終了まで絶食です。（タバコも吸わないでください）また、胃がん検診を受ける人は、レントゲン撮

影に影響する場合があるので、入れ歯安定剤の使用を控えましょう。

【心臓病・高血圧の薬を服用している人】

検査2時間前までにコップ1杯程度の水で内服してください。 ※健診を申し込んでいなかった方で、健診を受けたい場合は、地区の保健委員または健康福祉課へお問い合わせください。



昨年の生活習慣病予防健診の様子

## 募集します！ 障がい者スポーツ大会の 出場選手とボランティア

町では、第20回障がい者スポーツ大会に出場する選手と選手のサポートなどをする一般のボランティアを募集しています。

当日は、送迎バスが運行されますので、希望する人は申し込みの際にお知らせください。

▷開催期日 6月2日㊥  
▷場 所

- 【県営運動公園】  
開閉会式、陸上、フライングディスク
- 【ふれあいランド岩手】  
水泳、卓球、アーチェリー
- 【盛岡スターレーン】  
ボウリング

※障がいの種別や程度により出場できる種目が異なります

▷選手資格 4月1日現在で満13歳以上の身体、知的、精神の障がい者

※ボランティアスタッフは、大会時に出場選手のサポートや引率スタッフの補助を行う高校生以上の人が対象です

▷申込期限 4月18日㊥

☎健康福祉課福祉係 ☎内線156



戸田 結衣ちゃん  
(6歳・小屋瀬)

## ぼくわたし 虫歯ゼロ

3月7日の幼児歯科健診で虫歯ゼロのお友達です。



日向 佑実ちゃん  
(6歳・小苗代)



松長根 大翔くん  
(6歳・五日市)



森子 奏波ちゃん  
(3歳・新町)



谷山 大也くん  
(3歳・野中)



下屋敷 空ちゃん  
(3歳・中村)



澤 遥斗くん  
(3歳・中村)



## 共通の申込みと お問い合わせ先

県精神保健福祉センター  
(盛岡市本町通3丁目19-1)  
☎ 019-629-9617  
FAX 019-629-9603

このほか、薬物依存に悩む方を対象とした「薬物依存症回復支援プログラム(SMAPPP)」を行っています。詳しくは、同センターへお問い合わせください。

## 県精神保健福祉センターからのお知らせ

県精神保健福祉センターでは、次のとおり家族のための教室を開催します。

### 「アルコール家族教室」

■対象者 飲酒の問題およびアルコール依存症で悩んでいる方の家族

■日時 全6回のプログラム

4月19日㊥、5月17日㊥

6月14日㊥、7月19日㊥

8月9日㊥、9月13日㊥

各回とも13時30分～15時30分

■場所 県福祉総合相談センター  
(盛岡市本町通三丁目19-1)

### ■内容

▽アルコール依存症や問題行動の分析、コミュニケーションスキルなどについての学習会と家族同士の分かち合い

■申込み期限 4月18日㊥まで

### 「薬物依存症教室」

■対象者 薬物依存症者の家族

■日時 全6回のプログラム

4月26日㊥、5月31日㊥

6月28日㊥、7月26日㊥

8月30日㊥、9月27日㊥

各回とも13時30分～15時30分

■場所 県福祉総合相談センター

■申込み期限 各回前日まで

### 「うつ病教室」

■対象者 医療機関でうつ病と診断され、現在治療を受けている方の家族(定員10名程度、原則全日程参加が可能な人)

■日時 全6回のプログラム

5月10日㊥、6月7日㊥

6月28日㊥、7月26日㊥

8月30日㊥、9月27日㊥

各回とも13時30分～15時30分

■場所 県福祉総合相談センター

■申込み期限 5月3日㊥まで