



新型インフルエンザ情報

～正確な情報で、冷静に行動を～

5月16日、国内において新型インフルエンザ患者の発生が認められました。

家庭・職場・学校でも一人ひとりが注意をし、新型インフルエンザ感染、感染拡大をできる限り防ぎましょう。

感染しない、感染を広げないために…

予防をしっかりと行い“感染しない”こと、“感染を広げない”ことが大切です。

予防のために手洗いとうがいを行って、大勢の人が集まる場所に出かける際には、マスクを着用することを心掛けましょう。

また、体調が優れない時は免疫力が低下し感染しやすくなっていることがありますので、不要不急な外出は避けるようにしましょう。

正確な情報によって、冷静に行動を！

市からの情報提供は、広報紙のほかホームページや、ケーブルテレビで行っていきませんが、新聞、テレビなどの報道にも注意し、正確な情報によって冷静に行動するようにしましょう。

発熱があるときには、まず発熱相談へ！

海外への渡航歴の有無にかかわらず、発熱があるときは直接医療機関を受診せずに発熱相談センター(北上保健所 ☎65-2735)に相談をしてください。

▶問い合わせ…健康増進課 内線 3172～3179

妊婦検診に子宮頸がん検診が追加されます

4月から妊婦健診が最大14回まで公費負担となりましたが、これに加えて、6月1日の妊娠届の受け付け分から子宮頸がん検診が追加されます。公費負担ですので、妊婦健診とあわせて必ず受診しましょう。

▶問い合わせ…健康増進課母子保健係 内線 3178



平成21年度 世界禁煙デー ・禁煙週間

5月31日は、WHO(世界保健機関)が定める「世界禁煙デー」です。日本でもこの日から始まる1週間を「禁煙週間」とし、「煙のない健康的な社会づくり」をテーマに各種事業が実施されます。

タバコは自分のみならず、家族や周囲の人の健康も害してしまいます。自分と家族の健康のために禁煙を始めましょう。

骨粗しょう症予防検診を行います

市では、骨折や骨折による寝たきりなどを防止するための検診を行います。

▶日時…7月3日(金)午前10時～11時30分、午後1時30分～3時

▶場所…健康管理センター附属館

▶対象…21年中に次の年齢になる女性



30歳(昭和54年生)、35歳(昭和49年生)、
40歳(昭和44年生)、45歳(昭和39年生)、
50歳(昭和34年生)、55歳(昭和29年生)、
60歳(昭和24年生)、65歳(昭和19年生)、
70歳(昭和14年生)

▶定員…100人(先着順です)

▶検診料…1,000円

▶申し込み…6月1日(月)～6月5日(金)までに、電話で健康増進課健康係 内線 3172～3174へ

うんどう入門教室

運動しなきゃと思っている人、ちょっと体験してみませんか!!

▶日時…6月5日(金)午前10時30分～11時30分

▶場所…サンレック北上

▶講師…北上市体育協会

▶内容…簡単ストレッチ、気軽に筋力アップ、身体が喜ぶ(*^.*^*)体操

▶持ち物…上履き、飲み物、タオルなど

※動きやすい服装でご参加ください

▶申し込み…6月3日(水)までに、電話で健康増進課成人保健係 内線 3176へ

ハッピー子育て講演会

▶日時…6月26日(金)午後6時30分～8時30分

▶場所…さくらホール大ホール ※託児所有・要予約

▶演題…思春期の子どもの揺れに寄り添うこと
～自己肯定感を育む関わりを考える～

▶講師…真正会富山病院心療内科医 明橋大二 先生

▶申し込み…6月12日(金)までに、電話で健康増進課母子保健係 内線 3178、3179へ

北上おでんせの会(がん家族会)講演会

▶日時…6月6日(土)午後2時20分～3時20分

▶場所…日本現代詩歌文学館会議室

▶演題…わかりやすいPET(陽電子断層撮影)のお話

▶講師…県立中部病院 小原東也 先生

▶参加申し込み…申し込みは不要です。参加希望者は、直接会場にお越しください。(入場無料)

▶問い合わせ先…北上おでんせの会事務局(児玉)

☎67-3633



6月のイベントカレンダー

期日	内容	時間	場所
1(月)	「福祉のまちづくり」を考える福祉懇談会		市内各地区 -6/25
2(火)	全血献血	9:30～11:30	岩手県農業研究センター
3(水)			
4(木)	成分献血 市議会6月定例会開会 市民大学・開講式、歴史	9:00～15:00 10:00～ 18:30～20:00	本庁舎 議場 -6/17 生涯学習センター
5(金)	水道週間・和賀川清掃活動	13:30～15:30	和賀川グリーンパーク付近
6(土)	総合男女ソフトボール岩手県予選会 夏油高原新緑まつり おもちゃの修理屋さん	10:00～16:00 13:00～15:30	展勝地野球場 -6/7 夏油高原スキー場など6/7 生涯学習センター
7(日)	ラグビーフェスティバル ヤクルトフェスティバル 歯科相談と歯みがき指導 鬼の館芸能公演	10:00～14:30 13:00～14:00 13:30～14:30	北上総合運動公園 同工場 江釣子S C パル 鬼の館
8(月)			
9(火)			
10(水)			
11(木)	全血献血	14:00～17:00	マルハン北上店
12(金)	和賀地区中総体 身体障がい者巡回相談・整形外科		市内各会場 -6/14 市総合福祉センター
13(土)	年中行事再現「馬っこつなぎ」	10:00～12:00	みちのく民俗村
14(日)	岩崎城絵巻まつり 北上市クリーン運動 心肺蘇生(そせい)法講習会 お滝さん水車まつり 大乘神楽大会 全血献血 おはなし会	9:00～ 9:00～12:00 10:00～15:00 10:00～15:30 10:00～12:00 11:30～16:30 11:00～11:30	岩崎城址など 展勝地第2駐車場 北上消防署 親水公園お滝さん 鬼の館 江釣子S C パル 中央図書館
15(月)			
16(火)			
17(水)	花づくり講習会	14:00～16:00	市民交流プラザ
18(木)	全血献血	9:00～11:30 13:30～16:30	北上地区自動車整備事業協同組合 パチンコユニオン
19(金)			
20(土)	市民体育大会・野球 おもちゃの修理屋さん	13:00～15:30	江釣子野球場など-6/21 生涯学習センター
21(日)	北上市消防操法競技会 市民体育大会・陸上競技 " "・柔道 チャレンジアロビックまつり 郷土の自然探索会 おはなし会	9:00～ 11:00～11:30	和賀川グリーンパーク 北上総合運動公園 柔剣道場 総合体育館 駒ヶ岳北麓の三角沼 江釣子図書館
22(月)	市民大学・芸術	18:30～20:00	生涯学習センター
23(火)	電話加入権公売	10:00～	本庁舎5階会議室
24(水)	全血献血	9:00～16:30	岩手県建設業協会北上支部
25(木)			
26(金)	ハッピー子育て講演会	18:30～20:30	さくらホール
27(土)	東北高校剣道選手権大会 リトルシニア野球東北大会 生活環境課・自然探索会	8:30～	総合体育館 -6/28 江釣子野球場 -6/28 夏油・石灰華ドームなど
28(日)	税納付臨時窓口 鬼の館芸能公演	9:00～16:30 13:30～14:30	本庁舎3階収納課 鬼の館
29(月)	全血献血	12:00～13:30	日高見中央クリニック
30(火)			

*成分献血は原則として予約が必要です。献血日の1週間前までに長寿社会課(内線)3642へお申し込みください。

保健福祉部健康増進課 ☎64-2111(代)/ファクス65-6039
健康管理センター (内線3172～3179)
江釣子保健センター (内線4161・4162)
和賀町保健センター (☎73-5202)

休日当番医 (9:00～17:00)

とき	内科系	外科系
5/31(日)	布佐医院 諏訪町2-6-18 63-2019	和賀診療所 和賀町豊川目2-18 72-2228
6/7(日)	いとう内科胃腸科医院 大通り3-1-9 64-1795	佐藤産婦人科小児科医院 新穀町1-5-28 63-6262
6/14(日)	茂木内科医院 本通り1-7-12 61-0222	藤田眼科医院 上江釣子17-204 71-5222
6/21(日)	黄木内科医院 上江釣子15-60-2 77-2211	まゆみ皮フ科クリニック 柳原町4-15-26 61-5220
6/28(日)	すがい胃腸科内科クリニック 上江釣子7-98-1 71-5577	ささもり耳鼻咽喉科医院 柳原町3-11-16 64-6644

休日当番薬局 (9:00～17:00)

とき	薬 局	
5/31(日)	ぴーす薬局 本通り2-1-32 61-2411	アイン薬局北上店 村崎野17-172-1 71-1780
6/7(日)	コノハ薬局 大通り2-396 61-0575	フォレスト薬局北上店 村崎野17-171 66-7121
6/14(日)	佐藤薬局 本通り1-8-33 63-3141	あんず薬局 上江釣子17-218-2 71-5665
6/21(日)	フジ調剤薬局 上江釣子15-57-2 71-5505	おおぞら薬局 柳原町4-15-29 65-2202
6/28(日)	ウィル調剤薬局 上江釣子7-97-1 71-5533	フォレスト薬局北上店 村崎野17-171 66-7121

日曜日当番整骨院 (9:00～17:00)

とき	施術所
5/31(日)	大河原整骨院 本通り3-1-26 65-0104
6/7(日)	菊池整骨院 常盤台3-14-31 65-0206
6/14(日)	佐藤整骨院 大通り1-6-8 63-3725
6/21(日)	大和接骨院 常盤台1-20-1 63-8611
6/28(日)	小原整骨院 村崎野17-35-74 66-6626

*施術科目…打ばく、ねんざなど



休日当番歯科 (9:00～12:00)

とき	歯 科
6/21(日)	及川歯科医院 川岸4-11-24 65-3334

*3週目以外の日曜日には開院している歯科があります。

休日当番医などは変更になることがありますので、あらかじめ電話で確認の上、保険証をお持ちください。