

1	木	
2	金	
3	土	
4	日	
5	月	◎こども開放日(角)
6	火	◎予防接種(ポリオ)(田)
7	水	
8	木	◎3歳児健診(角) ◎献血(角館高校)
9	金	◎サークル活動(3B体操)(角) ◎母子手帳交付(角)
10	土	
11	日	
12	月	
13	火	◎乳児相談(7ヶ月児・12ヶ月児)(角)
14	水	◎予防接種(BCG・三混)(西) ◎サークル活動(気功体操)(角)
15	木	◎10ヶ月児健診(角)
16	金	◎2歳児歯ッピー教室(角)
17	土	
18	日	
19	月	◎予防接種(ポリオ)(角)
20	火	◎なかよし教室(角)
21	水	◎母子手帳発行(田)
22	木	◎1歳6ヶ月児健診(角)
23	金	◎予防接種(BCG・三混)(角)
24	土	◎子ども歯ッピーフェア(角)
25	日	◎ふれあい献血キャンペーン(ワンダーモール)
26	月	◎こども開放日(角)
27	火	◎予防接種(BCG・三混)(田)
28	水	◎母子手帳発行(角) ◎サークル活動(気功体操)(角)
29	木	◎4ヶ月児健診(角)
30	金	◎サークル活動(柴田先生)(角) ◎自殺予防シンポジウム(伝承館)
31	土	

【実施場所】(田)…仙北市田沢湖健康増進センター (角)…仙北市健康管理センター  
 (西)…西木保健センター (神)…仙北市就業改善センター  
 (松)…松木内地区公民館 (紙)…紙風船館 (西地)…西木地域センター  
 (雲)…雲沢集落センター (中)…中川集落センター  
 (白)…白岩部落会館

## 10月から 特定保健指導が始まります 特定保健指導を活用して 生活習慣病を予防しましょう!

特定健診の結果から、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善で予防効果が多く期待できる人に対して、生活習慣(食習慣・運動習慣・喫煙習慣など)を見直すための支援が特定保健指導です。



健診で異常が指摘されても、自覚症状がないのでピンとこないかもしれません。でも、そのまま放置しておけばいずれ生活習慣病を発症することになります。今回、特定保健指導の対象になった人には、結果と一緒に保健指導利用券(ハガキ)を郵送しますので、必ず受けるようにしてください。

### ～講演会のお知らせ～

西明寺診療所の市川先生によるメタボ改善の講演があります。

どなたでも参加できますので、ぜひ先生のお話を聞きに来てください。

地区	日時	場所
西木	10月 7日(水) 13:30～	西木保健センター
角館	11日 4日(水) 13:30～	角館健康管理センター
田沢湖	12月10日(木) 14:30～	田沢湖健康増進センター

★連絡・問い合わせ先★

仙北市保健課 TEL (55) 1112