

11月6日～12日は 全国糖尿病週間です

糖尿病は生活習慣病の一つで、ストレス、肥満、運動不足、暴飲暴食などが原因となって起こります。

2006年、40歳以上の6人に1人が糖尿病だという報告があります。

糖尿病のかかりはじめは、自覚症状がない場合が多いといわれています。病気が進むと、疲れやすい・尿の量と回数が多くなる・異常にのどが渇き、水分を多く取る・体重が急激に減るといった自覚症状が現われ、さらには合併症を引き起こす可能性が高くなります。

11月6日から12日は全国糖尿病週間です。ぜひこの機会に、自分の生活習慣を見直してみましよう。

一人で悩まずに相談を

11月の「こころの相談」

- 眠れない、気分が落ち込む、イライラする
- 家庭や職場、学校などで対人関係がうまくいかない
- 人との付き合いがあっくうだ
- お酒がやめられない
- 物忘れが気になる、認知症による問題行動でどうしたらいいかわからない
- 精神疾患を抱えている本人や家族、関係者など

相談は無料で、秘密は守られます。また、事前に申し込みが必要です。 ※居住地以外のところでも相談できます。

地区	日(曜)	場所	担当	申し込み電話番号
迫	29日(木)	迫保健センター	臨床心理士	☎ 0220 (22) 5554
登米	30日(金)	登米保健センター	カウンセラー	☎ 0220 (52) 5054
東和	20日(火)	東和地域福祉センター	医師	☎ 0220 (53) 4112
中田	7日(水)	中田保健福祉会館	カウンセラー	☎ 0220 (34) 2311
豊里	2日(金)	豊里健康管理センター	カウンセラー	☎ 0225 (76) 4113
米山	22日(木)	米山総合支所	臨床心理士	☎ 0220 (55) 2112
石越	15日(木)	石越総合支所	医師	☎ 0228 (34) 2112
南方	8日(木)	南方保健センター	臨床心理士	☎ 0220 (58) 2113
津山	30日(金)	登米保健センター	カウンセラー	☎ 0225 (61) 5011

不明な点は、各総合支所市民福祉課 健康づくり係までお問い合わせください

健康 & 福祉

福祉事務所からのお知らせ



11月は「児童虐待防止推進月間」です
～ 聞こえるよ 耳をすませば 心のさけび ～



11月は「児童虐待防止推進月間」です。この機会に、家庭や地域で子どもの健やかな成長を見守り支援していくためには、何が必要か考えていきましょう。

子どもへの虐待に対する関心が高まってきていますが、「しつけとどう違うの」という言葉もよく耳にします。子どもの心身を直接的に傷つける行為だけではなく、健やかな成長・発達を損なう行為、大人の子どもの不適切なかかわりも虐待といえます。

気になる親子がいたら、各総合支所市民福祉課や福祉事務所子育て支援室などの相談窓口にて情報提供することで支援が始まり、子どもを守るにつながります。

虐待は、どのような親子にも起こる可能性があります。周囲で、虐待のサインに早く気付くことが大切です。

【気付いてあげたい子どものサイン】

- ▶衣服がいつも汚れている

- ▶頻繁にけがややけどをしている
- ▶食事がガツガツしている
- ▶おびえた泣き方をする
- ▶身体的接触を異常に嫌がる など

【身近な相談窓口】

- ▶福祉事務所子育て支援室（家庭児童相談室）
☎ 0220 (58) 5562
- ▶各総合支所市民福祉課
- ▶大崎地域子どもセンター ☎ 0229 (22) 0030
- 共通事項
- ▶相談日：月曜日～金曜日（休日を除く）
- ▶相談時間：午前8時30分～午後5時15分

【問い合わせ】 福祉事務所子育て支援室 ☎ 0220 (58) 5562 FAX 0220 (58) 2375

豊里町・中田町

子宮がん検診実施のお知らせ

先の子宮がん検診（集団検診）が受けられなかった人を対象に、下記のとおり実施します。

【検診期間】

- ▶豊里町：11月19日（月）～12月1日（土）
- ▶中田町：11月26日（月）～12月8日（土）

【実施場所】 市の指定医療機関

【対象者】 豊里町または中田町在住の20歳以上の女性で、先に実施した子宮がん検診（集団検診）を申し込みし、受けられなかった人
※新規の申し込みは受け付けません

【検診料金】 無料

【受診票の交付】 受診する人には、下記のとおり受診票を交付します。住所地の総合支所で受け取ってください。

- ◆交付月日 ▶豊里町：11月5日（月）～7日（水）
▶中田町：11月19日（月）～22日（木）

◆交付時間（共通） 午前9時～午後5時

【交付場所・問い合わせ】

- ▶豊里総合支所市民福祉課 健康づくり係
☎ 0225 (76) 4113
- ▶中田総合支所市民福祉課 健康づくり係
☎ 0220 (34) 2311

健康なまちづくり講演会 パート2

今年度の健康なまちづくり講演会は、「人と人がつながろう」がキーワード。3回シリーズの2回目です。

【日時】 11月13日（火）午前10時～11時30分

【場所】 南方農村環境改善センター

【対象者】 どなたでも参加できます。

【内容】

- ▶講演会＝演題：「運動でつながろう」
講師：東北文化学園大学 医療福祉学科教授 植木章三さん
- ▶活動紹介＝高齢者リーダーが各地区で開催している「和・話・輪の会」の活動について紹介してもらいます。今回は石越と米山地区の代表者に、仲間と楽しく交流しながら学習している様子などを発表してもらいます。

【参加費】 無料

【その他】 軽い体操をしますので、動きやすい服装で参加してください。また、タオルを1本持参してください。

【問い合わせ】

- 市民生活部健康推進課 健康推進係
☎ 0220 (58) 2116



障害者就業相談のお知らせ

【相談日】 11月27日（火）

【場所・時間】 登米総合支所 午前10時～正午
県登米保健福祉事務所 午後1時～3時

【申し込み】 予約制です。お住まいの総合支所市民福祉課市民福祉係へお申し込みください。

【問い合わせ】 福祉事務所社会福祉課 障害福祉係
☎ 0220 (58) 5551
各総合支所市民福祉課 市民福祉係

11月の休日当番医

休日急患当番医 ☎ 0220 (22) 2084 (医師会)			
11/3(祝)	桜井	医院	登米町 ☎0220 (52) 3936
4(日)	米谷	病院	東和町 ☎0220 (42) 2007
11(日)	新田	診療所	迫町 ☎0220 (28) 3398
18(日)	沼倉	小児科医院	迫町 ☎0220 (22) 6100
23(祝)	八木	小児科医院	迫町 ☎0220 (22) 2566
25(日)	大坂	医院	中田町 ☎0220 (34) 6625
12/2(日)	よねやま	病院	米山町 ☎0220 (55) 2011
診療時間 9:00～17:00 休日・夜間診療案内 ☎ 0229 (24) 2267 (24時間)			

母子健康手帳の交付・妊産婦相談

毎週月曜日 8:30～11:30

母子健康手帳は原則として、住所地の総合支所市民福祉課健康づくり係で交付します。上記以外においでの際は、事前にご連絡ください。

また、妊産婦の健康相談も行っています。気軽にご相談ください。電話での相談も、随時受け付けています。

大切な“いのち”を守るため 献血にご協力ください

11/4(日)	チャチャワールドいしこし※ (まるごといしこしまつり会場)	9:30～12:00 13:00～16:00	全血
10(土)	三愛ロジスティクス(株)登米営業所 (株)ヨークベニマル佐沼店※	10:00～12:30 14:00～16:00	全血
15(木)	(株)登米村田製作所	13:30～16:30	全血
21(水)	中田保健福祉会館 みやぎ生協加賀野店	10:00～12:00 13:30～16:30	全血
22(木)	津山道の駅もくもくランド 豊里多目的研修センター	10:00～12:30 14:00～16:00	全血

※18歳以上の人は、400ml献血のみの受け付けとなります

【問い合わせ】

- 市民生活部健康推進課 健康推進係
☎ 0220 (58) 2116