

一人で悩まずに相談を

## 9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
- 人との付き合いがあっくうだ
- 家庭や職場、学校などで対人関係がうまくいかない
- お酒がやめられない
- 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、事前に予約が必要です。予約は随時行っています。  
※居住地以外のところでも相談できます。

地区	日(曜)	場所・受付時間	担当	申し込み電話番号
東和	28日(金)	東和総合支所 13:30~15:30	精神保健福祉士	☎0220(53)4113
中田	5日(水)	中田保健福祉会館 13:30~15:30	精神科医師	☎0220(34)2311
豊里	12日(水)	豊里公民館 13:30~15:30	カウンセラー	☎0225(76)4113
米山	11日(火)	米山総合支所 10:00~15:00	カウンセラー	☎0220(55)2112
石越	18日(火)	石越総合支所 13:30~15:30	精神科医師	☎0228(34)2112
南方	10日(月)	南方保健センター 13:30~15:30	精神保健福祉士	☎0220(58)2113

不明な点は、各総合支所市民課(健康づくり係)までお問い合わせください  
(南方地区にお住まいの方は、健康推進課にお問い合わせください)

### 母子健康手帳の交付と妊産婦相談

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課(健康づくり係)で交付します。

### こども夜間安心コール

急な発熱やケガなどで困ったときに、応急処置などの対応方法を看護師が電話で相談を受け付けています。  
○電話番号 #8000  
(プッシュ回線の固定電話、携帯電話から)  
**022(212)9390**  
(プッシュ回線以外の固定電話、PHSから)  
○相談日時  
**毎日午後7時~翌朝午前8時**

「薬物をやめたい、やめさせたい」  
いろいろな問題が起きているのに  
やめられないのは、**薬物依存症**です。



#### ◆薬物依存症とは

シンナー、覚せい剤、アルコール、タバコなどの薬物の乱用の繰り返しの結果として生じた脳の慢性的な異常状態で、使用をやめようと思ってもコントロールがきかなくなった状態です。

#### ●薬物依存症が生み出すさまざまな問題

からだ・こころへの影響、対人関係の問題、家族の問題、借金・失業・退学・犯罪・事故の増加など。

#### ●薬物依存の時にみられる行動

薬物を買うためにウソをつく、薬物について聞くと不機嫌になる、薬物が原因で仕事が続かなくなる、本人が作った借金の督促がきたなど。



本人は自暴自棄になることがあります。  
気持ちがめいって、失踪したり、死にたい気持ちになることがあります。

【相談機関】 東部保健福祉事務所登米地域事務所 ☎0220(22)6118(受付時間:午前8時30分~午後5時15分)  
登米市市民生活部健康推進課 ☎0220(58)2116(受付時間:午前8時30分~午後5時15分)

登米地区地域医療対策委員会・自殺対策専門委員会

#### ●薬物依存症からの回復のためには?

**本人** 専門医療機関への通院  
薬物リハビリ施設(ダルク)の利用  
自助グループへの参加

**家族** 自助グループや家族教室に参加  
「本人が起こした問題の尻ぬぐいをしない」など、本人への適切な対処方法を学びましょう。

また、家族自身の健康を取り戻しましょう。

薬物依存症は回復することができません。ひとりで悩まずに相談してみましょう。

## 今月の休日当番医・歯科休日当番医

月日	休日急患当番医(第1次診療)	歯科休日当番医
9/2(日)	市立よねやま診療所 米山町 ☎0220(55)2011	ホワイト歯科 迫町 ☎0220(22)8145
9(日)	遊佐内科胃腸科医院 迫町 ☎0220(22)2177	ちば歯科クリニック 迫町 ☎0220(22)6007
16(日)	おおたおおたにクリニック 中田町 ☎0220(35)1161	津山歯科診療所 津山町 ☎0225(68)3244
17(日)	島医院 南方町 ☎0220(29)6056	みなみかた歯科医院 南方町 ☎0220(29)7020
22(日)	上杉皮膚科医院 迫町 ☎0220(21)1380	かさま第2歯科医院 石越町 ☎0228(34)3887
23(日)	佐藤医院 南方町 ☎0220(58)2058	さくら歯科医院 迫町 ☎0220(22)2210
30(日)	菅原内科クリニック 迫町 ☎0220(22)0888	はら歯科医院 米山町 ☎0220(55)3313
○診療時間 9:00~17:00 ○休日・夜間診療案内 ☎0229(24)2267(24時間) ○第2次診療 登米市民病院 ☎0220(22)5511		○診療時間 9:00~17:00 【問い合わせ】※月曜~金曜日(休日を除く) 市民生活部健康推進課 ☎0220(58)2116

※受診の際は、お薬手帳または服用中の薬などを持参してください。  
※当番医は、変更になることがあります。各医療機関に確認の上、受診してください。

### 献血にご協力ください

9/3(日)	登米総合支所	10:00~12:00	全血
	迫保健センター	13:30~16:30	
11(火)	J A みやぎ登米 なかだ支店	13:30~14:30	全血
29(土)	みやぎ生協加賀野店	10:00~12:00	
	※骨髄バンクの登録も受け付けています	13:00~16:30	
10/6(土)	イオンタウン佐沼	10:00~12:00	全血
	※骨髄バンクの登録も受け付けています	13:00~16:30	

【問い合わせ】  
市民生活部健康推進課(健康推進係) ☎0220(58)2116

### 障害者しごと相談

【相談日時】 9月25日(火)  
午前 ①9時30分~ ②11時~  
午後 ①1時30分~ ②3時~  
【場所】 県東部保健福祉事務所 登米地域事務所  
【相談担当】 障害者就業・生活支援センター「ゆい」  
【申し込み・問い合わせ】  
障害者就業・生活支援センター「ゆい」  
☎0220(21)1011  
福祉事務所生活福祉課(障害福祉係)  
☎0220(58)5552  
※就労相談が中心であり、職業のあっせんではありませんので、ご注意ください。

<p>人と環境への 新しい優しさを 目指して お気軽にご相談下さい</p>	<p><b>株式会社 清建</b> 環境プロバイダ</p> <p>本社/〒987-0511 宮城県登米市迫町佐沼字南駒木袋212-3 TEL.0220-22-7085 FAX.0220-22-7658</p>	<p>仙台(営)/〒981-3133 宮城県仙台市泉区泉中央3丁目18-1 泉ネットワーク・7ビル 2階 広告 TEL.022-797-5930 FAX.022-797-6980</p> <p>南三陸(営)/〒986-0782 宮城県本吉郡南三陸町入谷字大船沢313 TEL.0226-46-1027 FAX.0226-46-2122 URL www.kkseiken.co.jp E-mail info@kkseiken.co.jp</p>
	<p>有限会社 清建物流</p> <p>TEL.0220-22-9430 FAX.0220-21-1535</p> <p>本社/〒987-0512 宮城県登米市迫町森字平柳14-1</p>	<p>有限会社 リースキン宮城</p> <p>TEL.0220-22-3431 FAX.0220-22-3495</p> <p>〒987-0511 宮城県登米市迫町佐沼字中江2丁目21(中江ビル)</p>

安心・安全・安価で予約承り中 広告

お料理 2,000円より承ります (バス送迎無料)

株式会社 刺蒸くまがい

■本社/登米市中田中学校通り TEL.0220-34-5002(代)  
■総合センター/中田総合支所通り TEL.0220-34-8707  
■花泉営業所/一関市花泉町駅前通り TEL.0191-82-2946

株式会社 なかだ葬祭 誠香社 24時間電話受付 34-4856(代) 広告

とよま斎苑 中田庁舎前「80名様可」 中田総合支所通り「100名様可」  
~メモリアルホール~ ~葬祭会館~ ~葬祭ホール~  
とよま斎苑 せいかが苑 せいかが苑 西ホール

祭壇+葬具一式・20万円 会館使用料無料・光熱費1日1万円  
自宅葬も同じ値段です。  
福祉葬儀一式15万円、自宅葬壇も同じ料金です。(生活保護世帯対象)

「登米市は自主財源を確保するため、広報とめに有料広告を掲載しています」

「登米市は自主財源を確保するため、広報とめに有料広告を掲載しています」