

# 健康

## ■心の元気サポーター養成講座の日時と内容

回	開催日	内容
1	6月15日(月) 午後1時30分～午後3時30分	▶開講式 ▶講話「こころの病気を知ろう」 講師＝精神科医師
2	6月24日(水) 午後1時30分～午後3時30分	▶講話「気持ちを大切に伝えよう」 講師＝心理カウンセラー
3	7月1日(水) 午後1時30分～午後3時30分	▶講話「こころにやさしいコミュニケーション～傾聴入門編～」 講師＝精神保健福祉士
4	7月10日(金) 午後1時30分～午後3時30分	▶講話、実技「こころにやさしいコミュニケーション～傾聴実践編～」 講師＝傾聴活動実践者
5	7月17日(金) 午後1時30分～午後3時30分	▶活動の紹介(市内傾聴自主グループ) ▶閉講式(4回以上参加した人に修了証を交付します)

市では、こころの健康を大切に  
切にする人の輪を広げながら、互いに支え合えるまちは目指していくため「心の元気サポーター養成講座」を開催します。最近増えている「こころの病気」を知ることから始めてみませんか。ぜひご参加ください。

【対象者】市役所南方庁舎  
【場所】市役所南方庁舎  
【申し込み方法】電話、またはメールで氏名・性別・電話番号をお知らせください  
【申込期限】平成27年6月5日(金)  
【その他】以前、精神保健入門講座と精神保健中級講座こちらのセミナーを受講、修了した人は申し込めませんのでご了承ください

## 知ることから始めませんか

本年度節目を迎える年代の皆さんを対象に、歯周病疾患検診を実施します。



節目に歯周病疾患検診  
口の中の元気を確認

## むし歯キャンペーン 市民公開講座を開催

市歯科医師会では、毎年むし歯予防青空キャンペーンを実施しています。本年度は、歯周病、寝たきり予防もテーマに加えて「市民公開講座」を開催します。講座には、(公財)登米文化振興財団理事の山田悦且氏を迎え「これが登米市の生きる道」をテーマに講演いただきます。

41年3月31日生まれ、60歳(昭和30年4月1日～同31年3月31日生まれ)、70歳(昭和20年4月1日～同21年3月31日生まれ)で、対象者には個別に通知書を送付します。  
【受診期間】平成27年6月1日から11月30日まで  
【受診方法】市内歯科医院での個別受診となります。

## アルコール依存症の家族教室を開催します

アルコール依存症は、飲酒のコントロールが難しくなり、本人が心身を病むだけでなく、身近にいる家族の心も巻き込んでいく病気です。

この教室は、家族が病気の治療や飲酒による問題行動への対応について、他の家族と共に学んでいきます。

【対象者】飲酒の問題で悩んでいる、アルコール依存症について知りたい家族

【場所】登米保健所(2階相談室)

【相談員】東北会病院 大和田誠子氏

【時間】午後1時30分～3時30分

【申し込み・問い合わせ】

登米保健所(母子・障害班)

☎0220(22)6118

※受付時間は午前8時30分～午後5時15分。

※事前予約が必要で、相談は無料です。

## ■アルコール依存症家族教室の日時と内容

回	日程	内容
1	6月2日(木)	ミーティング 講話「家族の対応の仕方」
2	7月7日(木)	ミーティング
3	8月4日(木)	ミーティング 講話「アルコール依存症という病気」
4	9月1日(木)	ミーティング 講話「子どもへの影響」
5	10月6日(木)	ミーティング
6	11月10日(木)	ミーティング 講話「なぜアルコール依存症になったか」
7	12月1日(木)	ミーティング 講話「家族は自分を治す」
8	1月5日(木)	ミーティング 講話「連鎖を断ち切る」
9	2月2日(木)	ミーティング

## 6月の休日当番医

日	休日急患当番医	歯科休日当番医	診療時間 9:00～17:00
7日(日)	市立豊里病院(豊里町) ☎0225(76)2023	市立豊里病院歯科(豊里町) ☎0225(76)2023	【休日急患当番医】 ●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
14日(日)	おおたにおたにクリニック(中田町) ☎0220(35)1161	安藤歯科医院(迫町) ☎0220(22)0811	【問い合わせ】登米市医師会 ☎0220(22)2084
21日(日)	八木小児科医院(迫町) ☎0220(22)2566	中田歯科診療所(中田町) ☎0220(34)4148	※月～金曜日(休日を除く)
28日(日)	市立登米診療所(登米町) ☎0220(52)2175	王歯科医院(南方町) ☎0220(58)2722	【歯科休日当番医】 【問い合わせ】市民生活部健康推進課 ☎0220(58)2116 ※当番医は、各医療機関に確認の上、受診ください。

## 6月のこころの相談

日	場所・受付時間・担当
1日(日)	津山ふれあいセンター 13:30～15:30 ☎0225(68)3114 精神科医師
10日(土)	豊里公民館 13:30～15:30 ☎0225(76)4113 カウンセラー
11日(土)	迫保健センター 13:30～15:30 ☎0220(22)5554 精神科医師
12日(土)	東和総合支所 13:30～15:30 ☎0220(53)4113 臨床心理士
16日(水)	石越総合支所 13:30～15:30 ☎0228(34)2113 精神科医師

精神科医師などが相談に応じます(要予約)。不明な点は、各総合支所市民課に、南方地区の皆さんは、健康推進課にお問い合わせください。



ルで、氏名・性別・年齢・電話番号をお知らせください

【締め切り】平成27年6月18日(木)  
【内容】①市長と市健康大使はつとんが、富士山の高さと同じ一周3776を一緒にウォーキングします②最後まで歩いた人に、完歩賞を授与します③閉会式で、じゃんけん大会を開催し、勝ち抜いた10人に記念品をプレゼントします  
【その他】運動できる服装でご参加ください。タオルや飲み物は各自で準備となります。雨天時は中止とします

## 6月の献血日程

- ① 5日(金)  
▶市消防防災センター  
9:30～11:30  
▶登米市管工事業協同組合  
10:00～11:45  
13:00～16:30
  - ② 6日(土)  
▶イオンタウン佐沼  
10:00～11:45  
13:00～16:30  
※骨髄バンク登録を受け付け
  - ③ 13日(土)  
▶三愛ロジスティックス株式会社営業所  
10:00～11:30  
▶ヨークベニマル佐沼店  
13:00～16:30
- ※日程は変更になる場合があります。最新の日程については、市ホームページをご覧ください。  
【問い合わせ】市民生活部健康推進課 ☎0220(58)2116

**登米いのち**  
**ホットテレホン**  
はなそうとめ  
☎0120(870)108  
(登米市民専用)

登米いのちホットテレホンは…  
○24時間いつでもかけられます。  
○名前を名乗る必要はありません。  
○電話相談員は、2年間の研修を終了し、認定された人たちです。  
○固定電話のほか、携帯電話、PHSからもご利用いただけます。

## こども夜間安心コール

- 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)
- 相談時間 毎日午後7時～翌朝午前8時

## 休日・夜間診療案内

休日・夜間診療案内は下記の番号です(24時間対応)。  
☎0229(24)2267