

健康

11月の献血日程

- ① 7日(土)
 - ▶イオンタウン佐沼 10:00～11:45 13:00～16:30
- ② 14日(土)
 - ▶三愛ロジスティックス株 10:00～11:30
 - ▶株式会社ペニマル佐沼店 13:00～16:30
- ③ 23日(月)
 - ▶イオンタウン佐沼 10:00～11:45 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、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

食を通して人とつながろう 「食とこころの講演会」開催

家族と楽しく食卓を囲んでいますか。食は、こころと体に与えるかけがえない栄養素です。食を通してこころと体の健康について一緒に考えてみませんか。

【日時】平成27年11月20日(金)午後1時15分～4時(受け付け…午後0時30分)

【場所】南方農村環境改善センター

【内容】講演会「少年鑑別所からみた家族と食」こどものこころと食を考える」講師…石黒裕子氏(仙台少年鑑別所長)

◆パネルディスカッション「食からのメッセージ」こころ豊かに生きる「コーデイネーター」増子裕子氏(食育推進会議会長)／パネラー…食材王国みやぎ「伝え人」伊豆沼農産…伊藤秀雄氏／登米市こころの元気相

を防止することができます。また、治療が必要な場合は、定期的に受診することにより、合併症を防ぐことができます。「1に予防、2に健診、しっかりと治療で糖尿病阻止」を合言葉に、みんなで話し合ひましょう。

歯科健康テレホン相談 「イイ歯デー」ご利用ください

宮城県保険医協会は、歯科健康テレホン相談を実施します。皆さんからの歯の相談を担当職員が聞き取り、歯科医師に内容を伝達。後日、歯科医師が直接電話で回答します。気軽にご利用ください。

【日時】平成27年11月6日(金)午前10時～午後4時

【回答】相談受付から3日以内に、歯科医師が直接電話連絡します

【相談、問い合わせ先】
宮城県保険医協会
☎022(265)1667

お済ですか? 「歯周疾患検診」 忘れず受診し健康な毎日に

節目の年代を対象に「歯周疾患検診」を実施しています。対象者には、個別通知書を郵送しており、受診期限は11月30日となっています。忘れずに受診し、歯周疾患を予防することで健康寿命を延ばしましょう。

談室…吉田香里氏(臨床心理士)／登米市西部学校給食センター…大友江美氏(栄養士)

◆食育活動の展示

【参加費】無料
【託児】おむね1～6歳まで。先着10人程度(無料) 事前に申し込み必要

【申し込み方法】電話、ファクス、電子メール

【申込期限】平成27年11月13日(金)【申し込み・問い合わせ】市民生活部健康推進課(地域保健係)

☎0220(58)2116
FAX0220(58)3345

☎kenkosuisin@city.tome.miyagi.jp

11月14日は世界糖尿病デー 予防・重症化を防ごう

糖尿病は早期に発見し、食事の見直しや意識的に身体を動かすなど、生活習慣を改善することで、重症化

「三世代コホート調査」に ご協力ください

東北大学東北メディカル・メガバンク機構では、妊婦とその家族を対象に、三世代コホート調査を実施しています。

※コホート調査とは

家族など、人の集団に健康に関係し起こるさまざまなこと(病気の発生や、悪化、あるいは死亡など)を把握し、状態の変化とその原因になることとの関連を明らかにしようとする調査です。三世代コホート調査とは、子、父母、祖父母の三世代の集団にわたって実施する調査。調査結果は、協力いただいたご家族へ報告し、普段の健康管理にお役

11月は歯と口腔の健康づくり月間

実りの秋をおいしく味わうためにも、歯科検診を受けて健康な歯と口腔を保ちましょう。



11月の休日当番医

日	休日急患当番医	歯科休日当番医
1日	市立登米診療所(登米町) ☎0220(52)2175	登米歯科診療所(登米町) ☎0220(52)3420
3日	田中医院(迫町) ☎0220(22)1155	津山歯科診療所(津山町) ☎0225(68)3244
8日	佐幸医院(迫町) ☎0220(22)7003	さくら歯科医院(迫町) ☎0220(22)2210
15日	三浦消化器内科(中田町) ☎0220(34)3611	はら歯科医院(米山町) ☎0220(55)3313
22日	佐藤内科医院(迫町) ☎0220(22)2160	中江歯科クリニック(迫町) ☎0220(22)7767
23日	サンクリニック(南方町) ☎0220(29)6060	まつお歯科医院(迫町) ☎0220(28)2311
29日	遊佐内科胃腸科医院(迫町) ☎0220(22)2177	東和歯科医院(東和町) ☎0220(53)3811

●診療時間 9:00～17:00
【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
【問い合わせ】登米市医師会 ☎0220(22)2084
※月～金曜日(休日を除く)
【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、変更する場合があります。各医療機関に確認の上、受診ください。

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
(ブッシュ回線の固定電話、携帯電話から)
☎022(212)9390
(ブ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

認知症専門相談

高齢者で「最近物忘れが多くなった、時間や場所が分からなくなる」などの気になる症状がありましたらご相談ください。精神科医が相談に応じます。予約制ですので、事前に最寄りの地域包括支援センターかケアマネジャーにご連絡ください。

【相談日時】平成27年11月27日(金) 午後1時30分～
【相談場所】市役所南方庁舎1階相談室
【連絡先】

- ▶迫地域包括支援センター ☎0220(22)1152
- ▶中田・石越地域包括支援センター ☎0220(34)7611
- ▶石越分室 ☎0228(34)4151
- ▶東和・登米地域包括支援センター ☎0220(53)4811
- ▶登米分室 ☎0220(52)5090
- ▶米山・南方地域包括支援センター ☎0220(29)5821
- ▶南方分室 ☎0220(58)4311
- ▶津山・豊里地域包括支援センター ☎0225(68)3780
- ▶豊里分室 ☎0225(76)4811
- ▶福祉事務所長寿介護課(介護給付係) ☎0220(58)5551

参加してみませんか 「ホッとサロンとめ」

がん患者やその家族などが気軽に集まる場「ホッとサロンとめ」を開催しています。お茶や会話を楽しみながら生活の工夫などを語り合えます。

【参加費】無料
【問い合わせ】市民病院地域医療連携室
☎0220(22)5511

立っていただきたいと思えます。ご協力いただける場合は、左記の連絡先までご連絡ください。

現在、三世代コホート調査への参加者は全国で3万人を超えています。母子の健康のために、生活習慣の改善に心がけましょう。

【連絡先】東北大学東北メディカル・メガバンク機構三世代コホート室
☎022(718)5162

す。情報交換や交流を通じて悩みや不安を解消、明るく自分らしく前向きに暮らせる機会にしてみませんか。

時間内の入退室は自由ですので、気軽にご参加ください。

【開催日・場所】①平成27年11月9日(月)、12月14日(月)、平成28年1月11日(月)、2月8日(月)、3月14日(月)▼迫にぎわいセンター②平成28年1月25日(月)、2月22日(月)、3月28日(月)▼市民病院地域医療連携センター2階 がん相談支援室