



4月の献血日程

1日(土)、23日(日)  
▶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、市公式ホームページをご覧ください。下記まで問い合わせください。

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

自殺予防  
**仙台いのちの電話**  
誰にも言えない気持ち  
聞かせてください。  
☎ 022(718)4343

ひきこもり  
**ひとりで悩まないで**  
宮城県ひきこもり地域支援センター  
☎ 0229(23)0024

子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

高齢者の相談窓口  
地域包括支援センター

●メンタルヘルスについて  
人生100年時代と言われる現代では、人生をいかに楽しく過ごすかという意味で高齢者のメンタルヘルスケアは重要です。メンタルヘルスとは精神的健康、心の健康などを表します。ストレスや強い不安、悩みなどは心身の健康や生活に影響を及ぼすとされています。高齢になると脳(記憶力・認知機能など)の老化、社会的な環境の変化などにより年代特有のストレスがかかることは避けられません。自分のストレスを理解し、バランスの良い食事、適度な運動、良好な睡眠を心掛けるとともに畑仕事やガーデニング、お

しゃべりや外出などをして楽しく過ごし、ストレスとうまく付き合うことが大切です。市は、さまざまな介護予防活動をしています。興味のある人は、お住まいの地域包括支援センターに気軽に相談ください。

●物忘れ(認知症)相談

高齢者で「最近もの忘れが多くなった」「認知症と診断されたが、どう対応すればよいか」など、気になることや困っていることがあります。困ら相談ください。総合診療医が相談に応じます。

相談は事前予約が必要ですが、お住まいの地域包括支援センターに連絡してください。

【日時】4月19日(水)午前10時  
【場所】市役所南方庁舎(1階相談室)

●共通事項  
【問い合わせ】福祉事務所長寿

介護課(地域包括支援係)  
☎ 0220(58)5551

地域包括支援センター	電話番号
迫地域	0220(22)1152
中田・石越地域	0220(34)7611
石越分室	0228(34)4151
東和・登米地域	0220(53)4811
登米分室	0220(52)5090
米山・南方地域	0220(29)5821
南方分室	0220(58)4311
津山・豊里地域	0225(68)3780
豊里分室	0225(76)4811

認知症の理解を深める  
サポーター講座

認知症を正しく理解し、地域や職場で認知症の人やその家族を見守り、寄り添い、支え合えるように応援する「認知症サポーター」を養成する講座を開きます。

【日時】4月19日(水)午前10時～11時30分

【場所】登米公民館(2階和室)

【定員】20人(先着順)

【申込期限】4月14日(金)

【申し込み】東和・登米地域包括支援センター

☎ 0220(53)4811

【問い合わせ】福祉事務所長寿

☎ 0220(58)5551

妊娠・出産・子育て  
応援します

●よりよい・ほっと相談

妊娠中のことや出産、育児について、助産師が個別相談に応じます。

【日時】4月18日(火)午前9時30分～午後3時(要電話予約)  
【場所】南方子育てサポートセンター

●わくわくマタニティサロン

妊娠中の生活を快適に過ごし、赤ちゃんを健康に生み育てるための正しい知識を身に付ける教室を開催しています。パパの参加も歓迎します。

【内容】妊娠中の過ごし方、妊娠と出産の経過、お産のしくみ、呼吸法、マタニティヨガ、マタニティブルーについて

【日時】4月26日(水)午前10時～11時45分(要電話予約)

【場所】南方子育てサポートセンター

●共通事項

【申し込み・問い合わせ】市民生活健康推進課(地域保健係)  
☎ 0220(58)2116

4月のこころの相談	
日	場所・受付時間・担当
12(水)	迫保健センター 10:00～11:00 臨床心理士
18(火)	米山総合支所 13:30～15:30 医師

精神科の医師などが相談に応じます。安心してご相談いただくため、完全予約制です。相談日(土日、祝日を除く)まで、下記の総合支所まで申し込みください。

- 迫町域にお住まいの人  
迫総合支所☎0220(22)5554
- 中田・石越町域にお住まいの人  
中田総合支所☎0220(34)2311
- 登米・東和町域にお住まいの人  
東和総合支所☎0220(53)4113
- 米山・南方町域にお住まいの人  
米山総合支所☎0220(55)2112
- 豊里・津山町域にお住まいの人  
豊里総合支所☎0225(76)4113

登米市民病院小児科救急診療	
日	時間
●日曜日	受付時間9:00～16:30
●夜間	小児(6歳以上)の診療を希望する場合はご連絡ください

【問い合わせ】登米市民病院 ☎0220(22)5511

4月の休日当番医

日	休日急患当番医	歯科休日当番医
2(日)	豊里病院(豊里町) ☎0225(76)2023	豊里病院歯科(豊里町) ☎0225(76)2023
9(日)	米川診療所(東和町) ☎0220(45)2301	登米歯科診療所(登米町) ☎0220(52)3420
16(日)	千葉医院(迫町) ☎0220(22)3725	浅野歯科医院(南方町) ☎0220(29)6036
23(日)	しのはらクリニック(米山町) ☎0220(23)7387	安藤歯科医院(迫町) ☎0220(22)0811
29(土)(祝)	八木小児科医院(迫町) ☎0220(22)2566	おおさか歯科医院(中田町) ☎0220(34)6668
30(日)	佐藤医院(南方町) ☎0220(58)2058	高橋歯科クリニック(迫町) ☎0220(22)7411

●診療時間 9:00～12:00、13:30～17:00  
【休日急患当番医】  
●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。

石巻市夜間急患センター	
日	時間
●診療科目	内科、外科、小児科 ※原則応急処置まで
●診療時間	診療時間など、詳しくは問い合わせください。
【問い合わせ】	石巻市夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内) ☎0225(94)5111

ぼくわたしむし歯ないんだよ

3歳6カ月健診で  
むし歯のなかった子どもたち



有坂 円花ちゃん  
(迫町下舟丁)



岩淵 心和くん  
(迫町大綱東)



千葉 晴月くん  
(迫町江合)



袋 華琉くん  
(迫町大綱南)



八島 悠くん  
(迫町鉄砲丁)



後藤ひろちゃん  
(登米町前舟橋)



佐々木春心くん  
(東和町米谷3区)



阿部 光桔くん  
(中田町東)



大和田実弥ちゃん  
(中田町神ノ木)



伊澤 慧くん  
(豊里町西二ツ屋)



大森 蓮華ちゃん  
(豊里町下町)



川口 歩輝くん  
(豊里町横町)



笹野 夏蓮ちゃん  
(米山町齊藤)



笹野 夏鈴ちゃん  
(米山町齊藤)



酒井 葵士くん  
(石越町長根)



後藤 莉心ちゃん  
(南方町北本郷)



菅原 凜乃ちゃん  
(南方町北本郷)



須藤 奏美ちゃん  
(南方町北本郷)



平塚 悠真くん  
(南方町沢田)

2月中に応募があった  
子どもたちを掲載しています