

健康

5月の献血日程

6日(土)、21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。また、下記までお問い合わせください。

【問い合わせ】
 市民生活部健康推進課
 (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

高齢者の消費者被害

高齢者は「お金」「健康」「孤独」の3つの大きな不安を持っているといわれています。訪問詐欺師や悪質な訪問事業者は言葉巧みにこれらの不安をあおり、親切にして信用させ、貯蓄などの大切な財産を狙っています。高齢者は自宅にいたることが多いため、電話勧誘販売や訪問販売による被害に遭いやすいのも特徴です。高齢者の被害を防止するためには、地域社会全体で見守り、支援することが求められています。周りの人が、普段から手口や被害について話題にし、注意をするよう呼び掛けることも大切です。不審な電話や訪問を受けたときの対応の仕方や、相談窓口なども話し合っておきましょう。

高齢者の相談窓口

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】5月18日(木)午後1時30分～3時
 【場所】津山老人福祉センター
 【定員】20人(先着順)
 【申込期限】5月15日(月)
 【申し込み】津山・豊里地域包括支援センター
 ☎0225(68)3780
 【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

お酒やひきこもりなどの悩み抱えていませんか

アルコール等依存症家族教室

アルコールなどの問題を抱える人の家族が、病気の治療や回復の過程、依存症による問題行動への対応について学び合う教室を開催します。
 【対象者】飲酒・ギャンブル・薬物など依存症に関わる問題で悩んでいる人の家族
 【日時】5月10日(水)午後1時30分～3時
 【場所】石巻保健所登米支所
 ●ひきこもり・思春期専門相談

ひきこもりや思春期に関する悩み相談に応じます。
 【日時】5月15日(月)午後1時

30分～4時30分

【場所】石巻保健所登米支所
 【相談員】氏家靖浩(精神保健福祉士・公認心理師)
 ●共通事項

【相談料】無料(要電話予約)
 【申込み・問い合わせ】石巻保健所登米支所(母子・障害班)
 ☎0220(22)6118

ヘルシーとめ講座 受講生を募集

食えることは、心身の健康づくりはもちろんのこと、楽しみや喜びでもあり、心を豊かにしてくれます。「食」を切り口にして、健康について仲間と共に学び、健康づくりの輪を広げてみませんか。

【実施期間】5月～令和6年2月(全6回)／初回は5月16日(火)午前10時～11時30分
 【場所】市役所南方庁舎(大会議室)
 【講座内容】健康づくり講話、実習、体験
 【対象者】市内在住の20歳以上の人の人
 【定員】20人程度
 【申込期限】5月9日(火)
 ※電話で申し込みください
 【申し込み問い合わせ】市民生活部健康推進課(地域保健係)

5月のこころの相談

日	場所・受付時間・担当
22月	中田保健福祉会館 13:30～15:30 臨床心理士・公認心理師
23月	米山総合支所 9:30～11:30 臨床心理士・公認心理師
30月	迫保健センター 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

5月の休日当番医

日	休日急患当番医	歯科休日当番医
3月(祝)	桜井医院(登米町) ☎0220(52)3936	高橋歯科医院(登米町) ☎0220(52)3210
4月(祝)	佐幸医院(迫町) ☎0220(22)7003	プレミアム歯科(南方町) ☎0220(23)2038
5月(祝)	サンクリニック(南方町) ☎0220(29)6060	プレミアム歯科(南方町) ☎0220(23)2038
7日(日)	佐藤医院(豊里町) ☎0225(76)3420	かさま第2歯科医院(石越町) ☎0228(34)3887
14日(日)	おおたおおたにクリニック(中田町) ☎0220(35)1161	さとう歯科医院(迫町) ☎0220(22)8133
21日(日)	八嶋中央診療所(石越町) ☎0228(34)2013	佐藤歯科医院(豊里町) ☎0225(76)0220
28日(日)	大坂医院(中田町) ☎0220(34)6625	かがの歯科医院(中田町) ☎0220(35)2552

●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。

石巻市夜間急患センター
 ●診療科目 内科、外科、小児科 ※原則応急処置まで
 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

☎0220(58)2116

妊娠・出産・子育て 応援します

●よりそい・ほっと相談
 妊娠中や出産、育児について個別相談に応じます。
 【日時】5月16日(火)午前10時～午後3時(要電話予約)
 【場所】南方子育てサポーターセンター

【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
 ●わくわくマタニティサロン
 妊娠中の生活を快適に過ごす

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】妊娠期の食事バランス・貧血・便秘の予防、母乳授乳の方法、離乳食について、産後の応援シートを作成
 【日時】5月30日(火)午前10時～11時45分(要電話予約)
 【場所】南方子育てサポーターセンター
 【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
 ●こんには赤ちゃんサロン
 妊娠中、出産、育児のことについて、みんなでゆつくり話してみませんか。
 【日時】5月23日(火)午前10時～11時30分(要電話予約)
 【場所】迫子育て支援センター
 【申し込み・問い合わせ】南方子育てサポーターセンター
 ☎0220(58)5558
 ●子育て支援講座
 子育て中のママ、ストレッチやタッチケアで体を動かしたりフレッシュしましょう。
 【日時】5月10日(水)午前10時30分～11時30分(要電話予約)
 【場所】登米北上こども園
 【申し込み・問い合わせ】登米北上こども園
 ☎0220(52)3558

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



伊藤 凜ちゃん(迫町駒木) 及川 斗翔くん(東和町米川1区) 及川 明花ちゃん(東和町錦織3区)



西條 太陽くん(中田町駒塚) 小野寺颯斗くん(米山町狐崎) 佐々木玲音くん(米山町狐崎)



佐藤 楓夏ちゃん(石越町第十四) 千葉 碧羽ちゃん(石越町第九) 佐藤 千優ちゃん(津山町平形)

3月中に応募があった
 子どもたちを掲載しています