

## 4月の休日急患当番医・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		
4月5日(日)	市立米谷病院	東和町	0220 (42) 2007	ホワイト歯科	迫 町	0220 (22) 8145
12日(日)	佐藤内科医院	迫 町	0220 (22) 2160	津山歯科診療所	津山町	0225 (68) 3244
19日(日)	八嶋中央診療所	石越町	0228 (34) 2013	ちば歯科クリニック	迫 町	0220 (22) 6007
26日(日)	菅原内科クリニック	迫 町	0220 (22) 0888	さくら歯科医院	迫 町	0220 (22) 2210
29日(水)	わたなべ内科クリニック	迫 町	0220 (21) 5335	はら歯科医院	米山町	0220 (55) 3313
●診療時間 午前9時～午後5時 ●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 <b>【問い合わせ】</b> 登米市医師会 ☎ 0220(22)2084 ※月曜～金曜日 (休日を除く)				●診療時間 午前9時～午後5時 <b>【問い合わせ】</b> 市民生活部健康推進課 (健康推進係) ☎ 0220(58)2116 ※月曜～金曜日 (休日を除く)		
※受診の際は、お薬手帳または服用中の薬などをご持参ください。 ※当番医は変更になる場合があります。各医療機関に確認の上、受診してください。						

### 一人で悩まず相談を

## 4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
- 人との付き合いがおっくうだ
- 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
- 大切な人を自死で亡くしたなど

※ 相談は無料で秘密は守られます。  
 ※ 事前に予約が必要です。予約は随時受け付けています。  
 ※ 居住地以外の場所でも相談できます。



月日(曜日)	地区	場 所・受付時間	担 当	申込電話番号
4月6日(月)	津山町	津山ふれあいセンター 午後1時30分～3時30分	精神科医師	0225 (68) 3114
8日(水)	豊里町	豊里公民館 午後1時30分～3時30分	カウンセラー	0225 (76) 4113
21日(火)	石越町	石越総合支所 午後1時30分～3時30分	精神科医師	0228 (34) 2113
24日(金)	東和町	東和総合支所 午後1時30分～3時30分	精神保健福祉士	0220 (53) 4113

不明な点は、各総合支所市民課(健康づくり係)にお問い合わせください。  
 南方地区にお住まいの皆さんは、健康推進課(地域保健係)にお問い合わせください。

### 献血にご協力ください

#### 4月の献血日程

##### ① 4日(土)

###### ▶イオンタウン佐沼

午前10時～11時45分

午後1時～4時30分

※骨髄バンクの登録も受け付けています

##### ② 12日(日)

###### ▶イオンタウン佐沼

午前10時～11時45分

午後1時～4時30分

※骨髄バンクの登録も受け付けています



※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。いただくか、下記に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(地域包括医療推進係) ☎ 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。



モバイルとめ  
(携帯電話版ホームページ)  
<http://www.city.tome.miyagi.jp/m/>



登米市メール配信サービス  
(防犯や防災、イベント・市政に関する情報をメールでお届けします。)  
<http://tomecity.mail-dpt.jp/>