



### 5月の献血日程

4日(土)、18日(土)  
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

### 高齢者の相談窓口 地域包括支援センター

●高齢者の詐欺被害を防ぐ  
商品やサービスの多様化に伴って、悪質な訪問販売や勧誘行為、契約や取引に関するトラブル、多重債務など消費生活に関する問題が多発しています。自分は大丈夫と思いません。日頃からいろいろな消費者トラブルについて知っておきましょう。不審な電話や訪問を受けた時の対応方法や、どこに相談したらよいかなどについて、家族などと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

### 5月の休日当番医

日	休日急患当番医	歯科休日当番医
3(金) (祝)	佐藤医院(豊里町) ☎ 0225(76)3420	登米歯科診療所(登米町) ☎ 0220(52)3420
4(土) (祝)	サンクリニック(南方町) ☎ 0220(29)6060	東和歯科医院(東和町) ☎ 0220(53)3811
5(日) (祝)	豊里病院(豊里町) ☎ 0225(76)2023	豊里病院歯科(豊里町) ☎ 0225(76)2023
6(月) (振替)	佐幸医院(迫町) ☎ 0220(22)7003	まつお歯科医院(迫町) ☎ 0220(28)2311
12(日)	二瓶内科胃腸科医院(迫町) ☎ 0220(22)6508	津山歯科診療所(津山町) ☎ 0225(68)3244
19(日)	八嶋中央診療所(石越町) ☎ 0228(34)2013	高橋歯科クリニック(迫町) ☎ 0220(22)7411
26(日)	米谷病院(東和町) ☎ 0220(42)2007	はら歯科医院(米山町) ☎ 0220(55)3313

●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

●もの忘れ(認知症)相談  
「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、話し合っておきましょう。

【日時】5月16日(木)午前10時  
(要事前予約)  
【場所】市役所南方庁舎(1階相談室)  
【申し込み】各地域包括支援センター  
【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

### 5月のこころの相談

日	場所・受付時間・担当
20(月)	中田保健福祉会館 13:30~15:30 臨床心理士・公認心理師
21(火)	米山総合支所 仮庁舎 (旧アグリピア館) 9:30~11:30 臨床心理士・公認心理師
21(火)	迫保健センター 13:30~15:30 医師

医師や臨床心理士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)2314  
●東和・登米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

### ヘルシーとめ講座 受講生募集

食べることは、体も心も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7年2月(全6回)  
※初回は5月21日(火)午前10時~正午、南方保健センターで開催します  
【対象者】市内在住の20歳以上の

【内容】離乳食、親子ストレッチなど  
【日時】5月14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】南方子育てサポートセンター  
☎ 0220(58)5558  
●よりそい・ほっと相談  
妊娠中や出産、育児について、助産師が個別相談に応じます。一人で悩まず、心配なこ

と、不安なことを聞いてください。  
【日時】5月21日(火)午前10時~午後3時(要電話予約)  
【場所】南方子育てサポートセンター  
【申し込み・問い合わせ】こども家庭センター  
☎ 0220(58)5557  
●子育て支援講座  
みんなで話し、体を動かしてリフレッシュしましょう。

【日時】5月22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  
●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、正しい知識を身に付けて赤ちゃんを健康に産み育てていきます。個別相談も受け

付けます。  
パパの参加も大歓迎です。  
【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、離乳食など  
【日時】5月28日(火)午前10時~11時45分(要電話予約)  
【場所】南方子育てサポートセンター  
【申し込み・問い合わせ】こども家庭センター  
☎ 0220(58)5557

### 妊娠・出産・子育て 応援します

●こんにちは赤ちゃんサロン  
妊娠中、出産、育児について、ゆつくり話してみませんか。子育てに役立つ話はもちろん、友達や育児仲間ができるチャンスです。

【定員】20人程度  
【内容】健康づくり講話・実習・体験(食育・生活習慣病予防・高齢者低栄養予防など)  
【申込期限】5月10日(金)  
※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)  
☎ 0220(58)2116

### 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こどもたち  
(3月応募受付分)

