



## 2月の献血日程

8日(土)  
イオンタウン佐沼  
10:00~11:45  
13:00~16:00



※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

■介護離職を防ぐために  
「介護離職」とは、家族の介護を理由に仕事を辞めることをいいます。

働く人が介護に直面した時には、自分が介護をするだけではなく、仕事と介護を両立できる体制を整えることが大切です。その一つに次のような「仕事と介護の両立支援制度」があります。

- ①介護休業 ②介護休暇 ③短時間勤務等の措置 ④所定外労働の制限(残業免除) ⑤時間外労働の制限(深夜業の制限など)
- また、介護保険サービスの活用と職場や地域包括支援センターに相談するなど、一人で抱え込まないようにしましょう。

現在介護をしていない人も、介護はいつ始まるかわかりません。だからこそ、事前の準備をしておきましょう。

■認知症サポーター養成講座の受講生募集

認知症について正しく理解し、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催します。

【日時】2月27日(木)午後1時30分~3時

## 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

## 2月の休日当番医

日	休日急患当番医	歯科休日当番医
2日(日)	佐藤医院(豊里町) ☎ 0225(76)3420	高橋歯科クリニック(迫町) ☎ 0220(22)7411
9日(日)	千葉医院(迫町) ☎ 0220(22)3725	高橋歯科医院(登米町) ☎ 0220(52)3210
11日(祝)	上杉皮膚科医院(迫町) ☎ 0220(21)1380	ちば歯科クリニック(迫町) ☎ 0220(22)6007
16日(日)	大坂医院(中田町) ☎ 0220(34)6625	津山歯科診療所(津山町) ☎ 0225(68)3244
23日(日)	八木小児科医院(迫町) ☎ 0220(22)2566	佐藤歯科医院(豊里町) ☎ 0225(76)0220
24日(月)	サンクリニック(南方町) ☎ 0220(29)6060	はら歯科医院(米山町) ☎ 0220(55)3313

●診療時間 9:00~12:00、13:30~17:00  
※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  
【問い合わせ】市民生活部健康推進課/月~金曜日(休日を除く)  
☎ 0220(58)2116

**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

2月のこころの相談	
日	場所・受付時間・担当
12日(水)	迫保健センター 10:00~11:00 臨床心理士・公認心理師・精神保健福祉士
18日(水)	登米総合支所 13:30~15:30 医師
18日(木)	豊里総合支所 13:30~15:30 精神保健福祉士・学校心理士

医師・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。

- 迫地域にお住まいの人 迫総合支所 ☎ 0220(22)5554
- 中田・石越地域にお住まいの人 中田総合支所 ☎ 0220(34)2314
- 東和・登米地域にお住まいの人 東和総合支所 ☎ 0220(53)4113
- 米山・南方地域にお住まいの人 米山総合支所 ☎ 0220(55)2112
- 豊里・津山地域にお住まいの人 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

【場所】中田保健福祉会館  
【募集人数】20人(先着順)  
【申込期限】2月25日(火)  
【申し込み】中田・石越地域包括支援センター  
☎ 0220(34)7611  
【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

●よりそい・ほっと相談  
妊娠・出産、育児などについて、個別相談に応じます。  
【日時】2月18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

●妊娠・出産・子育て応援します

事務所子育て支援課(母子保健係)  
☎ 0220(58)5557  
●こんにちは赤ちゃんサロン  
同じ気持ちを持つお母さん同士で話してみませんか。  
【内容】こどものお口の手入れ、母乳について  
【日時】2月4日(火)午前10時~11時30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】南方子育てサポートセンター  
☎ 0220(58)5558

ん検診を受けられなかった人を対象に未検者検診を実施します。自分や家族のため、この機会にぜひ受診しましょう。

●対象者】30~39歳の女性、40歳以上の前年度未受診の女性  
※職場や病院などで受診した人を除く  
【日程】2月5日(水)  
【受付時間】午前9時~10時30分、午後0時30分~1時30分  
【場所】迫保健センター  
【個人負担額】30~39歳 900円、40~64歳 1200円、65歳以上 700円  
※生年月日が昭和58年4月2日~59年4月1日の人は無料  
【問い合わせ】市民生活部健康推進課(保健推進係)  
☎ 0220(58)2116

●HIV・クラミジア・梅毒抗体検査、肝炎(B型・C型)ウイルス検査、骨髄バンクの登録  
【日時】2月13日(木)、27日(木) / 午前10時~11時30分  
【申込期限】実施日の3日前  
【申し込み問い合わせ】石巻保健所登米支所(疾病対策班)  
☎ 0220(22)6119

●アルコール等依存症家族教室・個別相談  
【日時】2月5日(水)家族教室 午後1時30分~3時、個別相談 午後3時~4時30分  
【申込期限】1月29日(水)  
●ひきこもり・思春期相談  
【日時】2月14日(金)午後1時

●女性のための出張相談  
【日時】2月19日(水)午前10時30分~午後4時(1人約50分)  
【申込期限】2月18日(火)午後3時  
●弁護士による母子父子家庭等特別相談  
【日時】2月18日(火)午後1時~2時  
【申込期限】2月17日(月)  
●共通事項  
【場所】石巻保健所登米支所  
【相談料】無料(要電話予約)  
※いずれも託児不可  
【申し込み問い合わせ】石巻保健所登米支所(母子・障害班)  
☎ 0220(22)6118

## 乳がん検診を受けましょう

本年度、市で実施した乳がん検診

## 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(12月応募受付分)



阿部 未来ちゃん (迫町下舟丁) 大越 朝陽くん (迫町秋洗) 今野 遥都くん (迫町大瀬西)

佐藤 樹里ちゃん (迫町泥内) 千葉 滯棋くん (迫町秋洗) 星 瑛成くん (迫町坂戸)

及川 結愛ちゃん (東和町緑織1区) 小野寺 終くん (中田町表) 佐々木 愛瑚ちゃん (中田町茶畑)

鈴木 生絃ちゃん (中田町川面) 田口 湧梧くん (中田町茶畑) 千葉 陸渡くん (中田町十文字)

阿部 麗羽ちゃん (米山町追土地) 二階堂 莉望ちゃん (石越町滝沢) 大平 三愛ちゃん (南方町沼崎)