健康

高齢者の相談窓口 地域包括支援センター

●誰もが認知症になる可能性がある時代、今から備えを

認知症基本法の施行（令和6年1月）により、認知症施策の考え方が大きく変わりました。かつては「認知症予防」が中心でしたが、誰もが認知症になる可能性があることから、「認知症に備える」という考え方に転換しました。

■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

●「新しい認知症観」について

認知症になったら何もできなくなるのではありません。認知症になってからも、一人一人が個人としてできること・やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間などとつながりながら、希望をもって自分らしく暮らし続けることができます。

●認知症に備える5つのポイント

❶正しい知識を持つ…認知症について正しく理解する
❷相談窓口を知る…地域包括支援センターなどの相談先を把握しておく
❸制度・サービスを知る…利用できるサービスの内容を事前に確認する
❹地域とのつながりを作る…元気なうちから地域に出かけ、助け合う仲間を増やす
❺思いを書面に残す…自分の希望や価値観を書いて周囲に伝える

●本市の取り組み

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応援する「認知症サポーター養成講座」「認知症サポーターステップアップ講座」を開催しています。ぜひご参加ください。

●もの忘れ相談

もの忘れや認知症について、気になることや困っていることを相談ください。総合診療を実施する医師が対応します。

【日時】9月15日（火）午前10時
※1件当たり40分
【場所】市役所南方庁舎1階
【申込期限】9月8日（火）
【申し込み】お住まいの地域包括支援センター（要事前予約）
【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

妊娠・出産・子育てを応援 講座やサロンを開催

●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。

【内容】子育てワンポイントレッスン、タッチケア&ママストレッチ
【日時】9月2日（水）午前10時30分～11時30分（要電話予約）
【場所】米山児童館
【申し込み・問い合わせ】米山児童館
☎0220(55)2313

●こんにちは赤ちゃんサロン

妊娠、出産、育児のことについて、みんなでゆっくり話してみませんか。

【内容】離乳食のはなし&ママストレッチ
【日時】9月9日（水）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

●よりそい・ほっと相談

妊娠や出産、育児について、助産師が相談に応じます。

【日時】9月15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】福祉事務所子育て支援課（こども家庭センター）
☎0220(58)5557

参加申し込みフォーム「よりそい・ほっと相談」

●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るためのサロンを開催します。

【内容】妊娠期の食事バランス、離乳食について、妊娠貧血・便秘の予防、母乳・授乳について、産後の応援シート作成
【日時】9月30日（水）午前10時～11時45分（要電話予約）
【場所】中田児童館
【申し込み・問い合わせ】福祉事務所子育て支援課（こども家庭センター）
☎0220(58)5557

参加申し込みフォーム「わくわくマタニティサロン」

保健所の各種相談事業

●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】9月17日（木）、10月1日（木）、15日（木）／午前10時～正午
【申込期限】実施日の1週間前
【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

●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や問題を抱える人を対象に、専門の相談員による相談を実施します。

【日時】10月19日（月）午後1時30分～午後4時30分
【申込期限】実施日の1週間前

●女性のための出張相談

DVやモラハラ、離婚、虐待、パワハラ、セクハラ、家庭の問題などで悩む女性のための出張相談を開催します。

※匿名での相談可
【日時】9月16日（水）午前10時30分～午後4時（1人約50分）
【相談員】NPO法人ハーティ仙台女性相談員
【申込期限】9月15日（火）午後3時

●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

宮城県HP「石巻保健所登米支所」

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
（7月20日までの応募受付分）

9月のこころの相談

日	場所・受付時間・担当
9（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
14（月）	中田保健福祉会館 13:30～15:30 臨床心理士・公認心理師
15（火）	米山総合支所仮庁舎 9:30～11:30 臨床心理士・公認心理師

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。相談日前日（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）の診察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

9月の休日当番医

日	休日急患当番医	歯科休日当番医
6（日）	二瓶内科胃腸科医院（迫町） ☎0220(22)6508	はら歯科医院（米山町） ☎0220(55)3313
13（日）	八木小児科医院（迫町） ☎0220(22)2566	布施歯科医院（迫町） ☎0220(22)2048
20（日）	登米診療所（登米町） ☎0220(23)8422	まつお歯科医院（迫町） ☎0220(28)2311
21（月）（祝）	桜井医院（登米町） ☎0220(52)3936	中江歯科クリニック（迫町） ☎0220(22)7767
22（火）（祝）	遊佐内科胃腸科医院（迫町） ☎0220(22)2177	布施歯科医院（迫町） ☎0220(22)2048
23（水）（祝）	米川診療所（東和町） ☎0220(45)2301	はら歯科医院（米山町） ☎0220(55)3313
27（日）	菅原内科クリニック（迫町） ☎0220(22)0888	中江歯科クリニック（迫町） ☎0220(22)7767

◉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（保健推進係）　☎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

9月の献血日程

5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いただくか、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

こ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