

10月の献血日程

3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 仙台的のちの電話

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

尿ナトリウム比を活用し 高血圧を予防しましょう

●中学2年生を対象に尿ナトリウム比測定を実施

市は、若い世代から自身の食生活や健康に関心を持ってもらおうと、中学2年生を対象に市内全10校で尿ナトリウム比測定を実施しました。結果は、6割の生徒が「ナトリウム比のバランスに注意が必要」でした。大人の特定健診における尿ナトリウム比の結果も同様の傾向となっており、ことから、本市では、子ども大人共に野菜不足や塩分の取り過ぎの可能性があることが分かりました。

この結果を踏まえ、市の保健師と栄養士が、後日、各学校を訪問し、生徒たちに健康教育を実施。尿ナトリウム比の結果や食事バランスについてなど、日々の食習慣について振

り返り、自分たちの食生活を見直すきっかけになるよう取り組んでいます。健康な体を維持していくために、地域全体で高血圧を予防し、健康づくりにつなげましょう。

【問い合わせ】市民生活部健康推進課(地域保健係)
☎ 0220(58)2116

認知症サポーター 養成講座の受講生募集

認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を見守り、応援する「認知症サポーター」の養成講座を開催します。

【日時】10月16日(金)午後1時30分～3時
【場所】米山総合保健福祉センター集会室
【募集人数】20人(先着順)
【申込期限】10月14日(水)
【申し込み】米山・南方地域包括支援センター

10月の休日当番医

日	休日急患当番医	歯科休日当番医
4(日)	しのはらクリニック(米山町) ☎ 0220(23)7387	まつお歯科医院(迫町) ☎ 0220(28)2311
11(日)	佐藤医院(豊里町) ☎ 0225(76)3420	東和歯科医院(東和町) ☎ 0220(53)3811
12(月)(祝)	サンクリニック(南方町) ☎ 0220(29)6060	浅野歯科医院(南方町) ☎ 0220(29)6036
18(日)	おおたおおたにクリニック(中田町) ☎ 0220(35)1161	おおさか歯科医院(中田町) ☎ 0220(34)6668
25(日)	千葉医院(迫町) ☎ 0220(22)3725	みなみかた歯科医院(南方町) ☎ 0220(29)7020

●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

10月のこころの相談

日	場所・受付時間・担当
13(火)	登米総合支所 13:30～15:30 医師
14(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
26(月)	豊里総合支所 13:30～15:30 公認心理師・ 精神保健福祉士

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。相談日曜日(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

さい。

●感染対策を心がけましょう

予防接種には、発症をある程度抑える効果や、重症化を予防する効果があるといわれています。また、感染対策には石鹼による手洗いやアルコール製剤による手指消毒、マスクの着用、室内のこまめな換気が効果的とされていますので、予防接種と併せて感染対策に取り組みましょう。

【問い合わせ】市民生活部健康推進課(保健推進係)

☎ 0220(58)2116

ファミサポ事業 協力会員を募集します

ファミリー・サポート・センター事業は、地域で育児の手助けができる人が、手助けを必要とする人を援助する活動です。

●協力会員になるためには
市内に居住している心身ともに健康な20歳以上の人で、市が主催する講習会を受講し

た人が対象です。

●協力会員講習会

【日時】10月14日(水)、令和9年1月20日(水)／午前10時30分～午後3時15分
【場所】市役所南方庁舎2階中会議室
【受講料】無料
【申込期限】各講習会の5日前
※電話で申し込みください
【申し込み・問い合わせ】ファミリー・サポート・センター事務局(南方子育てサポートセンター内)
☎ 0220(58)5558

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
【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】10月14日(水)午前10時30分～11時30分(要電話予約)
【場所】石越にじろくこども園
【申し込み・問い合わせ】石越にじろくこども園
☎ 0228(24)8511
●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】10月20日(火)午前10時～午後3時(要予約)
【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「わくわくマタニティサロン」

●わくわくマタニティサロン
まごまごコース同時開催。
祖父母の参加も大歓迎です。
【内容】赤ちゃんのお風呂(実技)、ベビーマッサージ、孫育について
【日時】10月27日(火)午前10時～11時45分(要予約)
【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」

●こんにちは赤ちゃんサロン
【内容】ファミリーライフサークルについて
【日時】10月7日(水)午前10時～11時30分(要電話予約)
【場所】中田児童館
【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

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
(8月20日までの応募受付分)



小林 瑠愛ちゃん
(迫町江合)



佐々木 希奈ちゃん
(迫町坂戸)



千葉 蒼生くん
(迫町東表)



星 結実ちゃん
(迫町坂戸)



岩淵 日彩ちゃん
(登米町後小路)



小笠原 令恩くん
(登米町荒町)



小川 紘くん
(東和町錦織1区)



佐藤 快くん
(東和町米川3区)



佐藤 諒くん
(東和町米川3区)



大浦 結翔くん
(中田町蓬原)



小野寺 慶くん
(中田町表)



佐々木 瑠奈ちゃん
(中田町表)



佐藤 真翔くん
(中田町大柳)



似内 滯ちゃん
(豊里町下町)



白鳥 穂乃華ちゃん
(南方町沢田)

