



**高齢者の相談窓口
地域包括支援センター**

夏は、湿度や気温が高く細菌が増えやすくなるため、特に細菌性の食中毒に注意が必要です。食中毒予防の3原則は、①細菌を食べ物に「付けない」(ポイント)は小まめに手を洗うこと、②食べ物に付着した細菌を「増やさない」(ポイント)は高温多湿の環境で食べ物を保管しないこと、③食べ物や調理器具に付着した細菌を「やっつける」(ポイント)は加熱・殺菌することです。

高齢者など体の抵抗力が弱っている人は食中毒になりやすく、症状も重くなる傾向があります。予防の3原則を守り、規則正しい生活を送ることを心掛けましょう。心配な事がありましたら、お住まいの地域包括支援センターに相談ください。

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

8月の献血日程

6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、PHSから)
●相談時間
毎日午後7時～翌朝午前8時

休日・夜間診療案内

休日・夜間診療案内は下記の番号です(24時間対応)
☎0229(24)2267

8月の休日当番医

日	休日急患当番医	歯科休日当番医
7日(日)	菅原内科クリニック(迫町) ☎0220(22)0888	スマイル歯科(南方町) ☎0220(23)7756
11日(祝)	小出医院(登米町) ☎0220(52)2303	かがの歯科医院(中田町) ☎0220(35)2552
14日(日)	米谷病院(東和町) ☎0220(42)2007	登米中田佐藤歯科クリニック(中田町) ☎0220(34)4888
21日(日)	佐藤内科医院(迫町) ☎0220(22)2160	グリーンヒルズデンタルクリニック(中田町) ☎0220(44)4611
28日(日)	新田診療所(迫町) ☎0220(28)3398	梅ノ木・歯科クリニック(迫町) ☎0220(23)8805

●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

**認知症の理解を深める
サポーター養成講座**

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

8月のこころの相談

日	場所・受付時間・担当
3日(日)	中田保健福祉会館 13:30～15:30 カウンセラー
16日(火)	南方保健センター 13:30～15:30 医師
24日(水)	迫保健センター 10:00～11:00 臨床心理士

精神科の医師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、お住まいの総合支所まで申し込みください。
迫総合支所☎0220(22)5554
登米総合支所☎0220(52)5054
東和総合支所☎0220(53)4113
中田総合支所☎0220(34)2311
豊里総合支所☎0225(76)4113
米山総合支所☎0220(55)2112
石越総合支所☎0228(34)2113
津山総合支所☎0225(68)3114
※南方町の人は健康推進課まで☎0220(58)2113

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

座を開催します。
【日時】8月25日(木)午後1時30分～3時
【場所】迫保健センター
【申込期限】8月17日(水)
【定員】20人(先着順)
【申し込み】迫地域包括支援センター
☎0220(22)1152
【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

【場所】石巻保健所登米支所
【相談員】氏家靖浩(精神保健福祉士・公認心理師)
【共通事項】
【相談料】無料
※事前に予約が必要ですよ
【申し込み・問い合わせ】石巻保健所登米支所
☎0220(22)6118
**妊娠・出産・子育て
応援します**

ス、お産のしくみ、マタニティストレッチなど
【日時】8月30日(火)午前10時～11時30分
【場所】中田子育て支援センター
※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

お酒やひきこもりなどの悩みを抱えていませんか

●アルコール等依存症家族教室
アルコールなどの問題を抱える人の家族が、病気の治療や回復の過程、依存症による問題行動への対応について学び合う教室を開きます。
【対象者】飲酒・ギャンブル・薬物などの問題で悩んでいる人の家族
【日時】8月3日(水)午後1時30分～3時
【場所】石巻保健所登米支所

●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相談に応じます。
【日時】8月22日(月)午後1時30分～4時30分

よりそい・ほっと相談

妊娠中のことや出産、育児について、一人で悩んでいませんか。心配な事や不安な事など、助産師が個別相談に応じます。
【日時】8月23日(火)午前9時30分～午後3時
【場所】南方子育てサポートセンター
※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

●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、赤ちゃんを健康に生み育てるための正しい知識を身につける教室を開催しています。
【内容】妊娠期の食事バランス



子育て支援講座

体を動かしリフレッシュ。みんなで子育てについて話しましょう。
【日時】8月3日(水)午前10時30分～11時30分
【場所】米谷公民館
※電話で申し込みください
【申し込み・問い合わせ】米谷公民館
☎0220(42)2101

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子どもたち



荒 華那ちゃん(迫町駒木) 菅原 桜花ちゃん(迫町新田駅前) 田中 音澄ちゃん(迫町舟橋) 堀田 方留ちゃん(登米町遠見台) 猪又 恵維くん(中田町長谷) 小野寺凜桜ちゃん(中田町冠木) 只野いろはちゃん(中田町細谷) 平塚 おとちゃん(中田町二ツ木)



関向 涼真くん(石越町駅前) 後藤 爽汰くん(南方町新高石) 佐々木優花ちゃん(南方町青島) 柴崎 優心くん(南方町南大畑) 澁谷 颯大くん(南方町北本郷)

6月中に応募があった子どもたちを掲載しています