



**高齢者の相談窓口**  
地域包括支援センター

認知症は誰もがかかる可能性のある病気です。毎日の生活習慣を見直すことで防げる可能性があるので、リスクを減らすことができます。認知症予防のための「6つの習慣」①適度な運動 ②人との会話を増やす ③食事はバランスよく食べる ④飲酒・喫煙は控える ⑤口内は

**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

**9月の献血日程**

3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

**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実施します。  
【対象者】飲酒・ギャンブル・薬物などの問題で悩んでいる人

**9月の休日当番医**

日	休日急患当番医	歯科休日当番医
4日(日)	八嶋中央診療所(石越町) ☎0228(34)2013	ゆうじろう歯科クリニック(中田町)☎0220(23)8785
11日(日)	千葉医院(迫町) ☎0220(22)3725	プレミアム歯科(南方町)☎0220(23)2038
18日(日)	おおたおおたにクリニック(中田町)☎0220(35)1161	高橋歯科クリニック(迫町)☎0220(22)7411
19日(祝)	サンクリニック(南方町)☎0220(29)6060	高橋歯科医院(登米町)☎0220(52)3210
23日(金祝)	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
25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

●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

**9月のこころの相談**

日	場所・受付時間・担当
5日(月)	中田保健福祉会館 13:30～15:30 臨床心理士
27日(火)	米山総合支所 10:00～13:00 臨床心理士・公認心理士
28日(水)	中田保健福祉会館 13:30～15:30 カウンセラー

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

**こころの元気サポーター**  
養成講座受講生を募集

こころの健康を大切に考える人の輪を広げながらお互いに支え合えるまちを目指していくため「こころの元気サポーター養成講座」を開催し

**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



7月中に応募があった子どもたちを掲載しています

【日時】9月7日(水)午後1時30分～3時  
【場所】石巻保健所登米支所  
【相談料】無料  
※事前に予約が必要です  
【申し込み・問い合わせ】石巻保健所登米支所  
☎0220(22)6118

【申込期限】9月16日(金)  
【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  
☎0220(58)3345  
✉kenkosuisin@city.tome.niyagi.jp

**妊産・出産・子育て**  
応援します

【申込期限】9月16日(金)  
【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  
☎0220(58)3345  
✉kenkosuisin@city.tome.niyagi.jp

**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。

**わくわくマタニティサロン**

妊産中の生活を快適に過ごすための正しい知識を身につける教室を開催しています。パパの参加も歓迎します。  
【内容】妊娠期の食事バランス、お産のしくみ、マタニティストレッチなど  
【日時】9月22日(木)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

**大崎市民病院本院の受診**  
には紹介状が必要です

大崎市民病院本院を受診する際は、かかりつけ医などからの紹介状と事前の診療予約が必要です。なお、国の制度改正に伴い10月1日から紹介状がなく初診を希望する場合は、治療費に加え、負担料金が税込で5500円から7700円に変更となります。詳しくは大崎市民病院のウェブサイトをご覧ください。  
【問い合わせ】大崎市民病院地域医療連携室  
☎0229(23)3311