

2月 スポーツ・文化・催し

表記の見方
開 開館時間、利用時間
休 休館日、休業日
 ※スポーツ行事の中には入場料が必要なものもあります。

総合体育館 ☎95-8998	開 午前9時～午後9時(日曜・祝日は午後5時まで) 休 毎月第4木曜日
4日(土)午前9時	平成28年度 第21回石巻地区ソフトテニスインドア大会(女子)
5日(日)午前9時	ファミリーニュースポーツ
11日(土・祝)午前9時	平成28年度 第21回石巻地区ソフトテニスインドア大会(男子)
12日(日)午前9時	石巻地区スポーツ少年団空手道交流大会
18日(土)午前9時	石巻地区中学校選抜インドアソフトテニス大会
19日(日)午前9時	第31回新春石巻オープン卓球大会
25日(土)午前9時	親子キッズフェスティバル
26日(日)午前9時	石巻地区バレーボール総合選手権大会

総合運動公園 ☎22-9111 FAX22-9112	開 午前7時～午後6時 休 なし
-----------------------------------	-----------------------------------

今月は特に行事予定はありません。

石巻中央公民館 ☎22-2970 FAX21-6050	開 午前9時～午後9時30分 休 なし
---------------------------------------	--------------------------------------

18日(土) 午前10時～正午	石巻市ジュニアリーダーサークルげろっば「第4回げろっば祭り」 内 容 チャレンジコーナー、もの作りコーナー、ジュニアとゲーム、紙ひこうき飛ばしコンテスト等 対 象 幼児～小学生
3日(金)・16日(木) 午前10時～正午	石巻市家庭教育支援チーム「いっしょクラブ(子育てサロン)」 内 容 親子ダンス、紙芝居、絵本の読み聞かせ等 対 象 小学校入学前のお子さんとお母さん等 ※どなたでも参加できます。飲み物を持参してください。
26日(日) 午前10時～午後1時	世界の家庭料理教室 外国人のための日本料理「キャラクターお弁当作り」 講 師 飾り巻き寿司マスターインストラクター 遠山 由佳理 対 象 日本料理に興味のある外国人の方 定 員 20人(先着) 料 金 1,000円(材料費) 申込方法 料金を添えて、直接申し込みください。 申込期限 23日(木) 持 ち 物 エプロン、三角巾
13日(月)・20日(月)・27日(月)・3月6日(月) 午前10時～正午	市民教養講座「第4回カラオケ広場」 ※初心者対象 定 員 80人(先着) 料 金 500円(教材費) 申込期間 1日(水)～13日(月) 申込方法 電話で申し込みください。

蛇田公民館 ☎95-0183	開 午前9時～午後9時30分 休 なし
-----------------------	--------------------------------------

11日(土・祝)・12日(日) 午前9時30分～午後4時(12日は午後3時)	第59回蛇田公民館「作品展示会」 内 容 絵画、パッチワーク、陶芸、工芸、写真、書道、編み物、短歌等の作品を展示
17日(金)・24日(金) 午前10時～11時30分	市民教養講座「椅子ヨガ教室」 講 師 黒須 奈緒美(シニア椅子ヨガインストラクター) 対 象 成人女性 定 員 10人(先着) 持 ち 物 動きやすい服装、タオル、飲み物、椅子の下に敷くバスタオルまたはマット 申込期限 13日(月)
3月7日(火) 午前10時～午後1時	利用協講座「洗メンズクッキングII」 講 師 石巻市食生活改善推進員連絡協議会石巻分会蛇田地区会会員 対 象 市内在住の男性 定 員 12人(先着) 料 金 600円(材料費) 持 ち 物 エプロン、三角巾 申込方法 料金を添えて直接申し込みください。 申込期限 27日(月)

渡波公民館 ☎24-0941	開 午前9時～午後9時30分 休 なし
-----------------------	--------------------------------------

5日(日)午前10時～正午	第45回渡波地区意見発表会 内 容 渡波・鹿妻地区に居住、勤務している方々による意見発表会
7日(火)・21日(火) 午後1時30分～3時	女性教室「くらしの講座」学習会 内 容 健康体操
8日(水) 午後1時30分～3時	一般教養講座「気軽に楽しもう!!3B体操体験教室」 内 容 頭文字にBの付く3つの用具(ボール・ベル・ペルター)を使用して、誰でも無理なく楽しめる健康体操を体験します。 対 象 市内にお住まいの方 定 員 20人(抽選) 申込期限 3日(金)正午
17日(金) 午後1時30分～3時	高齢者教室「寿大学」学習会 内 容 郷土の偉人についての講話

稲井公民館 ☎22-4303	開 午前9時～午後9時30分 休 なし
-----------------------	--------------------------------------

14日(火) 午後1時30分～3時30分	稲井くらしの講座2月学習会「認知症予防教室」 講 師 稲井地域包括支援センター職員
----------------------	--

河北総合センター「ビッグバン」 ☎62-1120	開 午前9時～午後9時 休 6日(月)、13日(月)～17日(金)、20日(月)、27日(月) 14日(火)～17日(金)は館内電気設備修繕のため臨時休館
------------------------------------	---

5日(日) 開会 午前9時	第40回宮城県高等学校剣道選手権記念大会 第30回宮城県中学校剣道選手権記念大会 開 事務局(仙台高校 大嶋) ☎022-271-4471
11日(土・祝) 開会 午前9時	第43回石巻室内陸上競技大会 開 石巻市陸上競技協会 高橋 ☎96-3295
19日(日) 開会 午前9時30分	廣心館道場 寒中稽古交流大会 開 廣心館道場 齊藤 ☎090-2959-1941
26日(日) 午後1時	サークル・カリブ 新春ダンスパーティー 料 金 1,000円 開 サークル・カリブ ☎23-5674

図書館 ☎93-8635	開 午前10時～午後6時(水曜日は午後7時まで、日曜日は午後5時まで) 休 月曜日・11日(土・祝)
------------------------	---

3日(金)・17日(金) 午前10時30分～11時	あかちゃんおはなし会 絵本やわらべうた・手遊び等で、親子一緒に楽しみましょう。
4日(土)・18日(土) 午前10時30分～11時	たのしいおはなし会 絵本・紙芝居・手遊び等で、お話しに親しみましょう。
毎週火曜日 午後3時30分～4時	紙芝居とお話の会 紙芝居・絵本・手遊び等と一緒に楽しみましょう。
9日(木) 午前10時～正午	絵本とおはなしの会勉強会 読み聞かせやストーリーテリングと一緒に練習しませんか。
14日(火) 午前10時～正午	読書会 今月の本「サラバ!」西 加奈子 著 この本の感想をおしゃべりしませんか。
21日(火) 午前10時～正午	子どもの本を読む会 今月の本:チェン・ジャンホンの絵本 子どもの本を読む、大人のための読書会です。
19日(日)午前10時30分～11時30分	おはなし会 ※河北分館(「ビッグバン」図書館)
18日(土)午前10時～10時30分	えほんとお話の会 ※桃生分館(桃生公民館)

<出張図書館「えほんびより」の開催予定>
 子育て支援センター等に出張し、貸出券の発行や本の貸し出しを行っています。

7日(火) 午前11時～11時30分	「わいわいサロン」 河南子育て支援センターパプラ ※読み聞かせもあります。
23日(木) 午前11時～11時30分	「親子でほかほか」 市子どもセンターらいつ ※読み聞かせもあります。
28日(火) 午前10時～11時30分	「親子教室」(2歳6カ月以上) なかよし保育園地域子育て支援センター

遊楽館 ☎72-3561	開 午前9時～午後9時 休 6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)
------------------------	---

5日(日) 午後1時30分開演	第2回石巻市創業ビジネスグランプリ 表彰式・講演会 開 産業推進課(内線3544)
11日(土・祝)午後2時開演(午後1時開場)	第1回建国記念の日を祝う奉祝式典 開 櫻井 ☎090-3512-3485
18日(土)午前10時30分開演(午前10時開場)	発達障害児者支援セミナーin石巻 開 (福)石巻祥心会 斎藤 ☎24-8341
26日(日) 午前10時～午後3時	科学で東北を盛り上げ隊!@石巻 開 山形大学SCITAセンター内 やまがた「科学の花咲くプロジェクト」事務局 ☎023-628-4506

石巻健康センターあいプラザ・石巻 ☎95-8640 FAX95-8664	開 午前10時～午後9時(日・祝は午後5時まで) 休 なし
--	--

13日(月)	H29年度前期(4月～9月)講座 パンフレットを配布開始します!! ※申込受付は、3月5日(日)午前10時スタート!
19日(日)～3月4日(土)	春!!無料!!「運動大相談」を実施します 内 容 「膝の痛みや腰の痛みが軽くなるような運動を教えてください」 「ダイエットをしているけどなかなかやせない…」 …等、運動に関する素朴な疑問から、相談を受け付けします。 参加特典その① InBody測定付き!! InBody測定結果と照らし合わせながら、自分の体をもっと知ろう。 参加特典その② 健康クーポンをプレゼント!!(有効期限:3月末) 対象講座の中から2つ、無料体験できます。 今回から、事前予約制となりました。(6日(月)予約受付開始) 日にちによって、相談時間が異なります。問い合わせください。 (予約の方優先となります。当日は順番待ちやご案内できない場合があります)

【2月の休講】 11日(土・祝) プールは午後4時30分、トレーニングルームは午後5時まで。
 プール・トレーニングルームのフリー利用 ※曜日によって利用時間帯が異なります。
 ・一般500円(現受講生は400円) ・学生300円(学生証提示)
 ・シニア300円(65歳以上の方、年齢のわかるものを提示) ・障がい者300円(障がい者手帳を提示)
 ※レイト割引300円(午後7時15分以降の現金利用限定。利用できない曜日もあります)
 ※プールは中学生以上、トレーニングルームは高校生以上の利用となります。
 トレーニングルームは利用講習なしですぐに利用できます!!お気軽にご利用ください。
 (プール・ジムともに、初回のみ利用登録をしていただきます)

河南室内温水プール ☎72-3605	開 午前10時～午後9時(日・祝は午後5時まで) 休 休場日は遊楽館と同じ
------------------------------	--

今月は特に行事予定はありません。

かなんパークゴルフ場 ☎72-2933	開 午前9時～午後4時 休 休場日は遊楽館と同じ
-------------------------------	---

今月は特に行事予定はありません。

にっこりサンパーク ☎67-2038	開 午前9時～午後5時(電話予約があれば午後9時まで) 休 月曜日
------------------------------	--

今月は特に行事予定はありません。

牡鹿交流センター屋内温水プール ☎45-3618	開 午後1時～8時(休館日の前日は午前10時～午後5時) 休 月曜日
------------------------------------	---

温水プールは3月31日(金)まで休業します。

トレーニング機器 使用講習会	●総合体育館 ☎95-8998 定 員 各20人(先着) 14日(火)、21日(火)午前10時(受付時間 午前9時30分～9時55分) 28日(火)午後2時(受付時間 午後1時30分～1時55分) 7日(火)、16日(木)午後6時30分(受付時間 午後6時～6時25分) ※電話または直接予約してください。
●ビッグバン ☎62-1120	10日(金)、24日(金) 午後3時/午後7時 ※要電話予約
●遊楽館 ☎72-3561	12日(日)・26日(日) 正午/午後5時 ※要電話予約
●牡鹿交流センター ☎45-3618	午後1時～8時 ※要電話予約

お知らせコーナー

表記の見方

申

申し込み先

問

問い合わせ先

✉

Eメール

こちらで市ホームページのイベントカレンダーも見られます



「石巻市新公立病院改革プラン」へのご意見 (パブリックコメント)をお寄せください

閲覧場所 市役所4階情報公開コーナー、市立病院、牡鹿病院、各総合支所、各支所、ホームページ

対象 ・市内に在住・在勤・在学の方
・市内の事業者および団体
・市に納税義務を有する方
・本件に関して利害関係を有する方

提出方法 住所、氏名(団体、企業の場合は、その名称および代表者の氏名)、電話番号、性別、年齢、職業を記入の上、郵便、FAX、Eメールまたは直接持参してください。(ホームページに意見募集参考様式を掲載しています)

提出期間 2月14日(火)～3月6日(月)

提出先 〒986-0825 穀町15-1

石巻市立病院経営企画室
FAX 25-7256

✉ cliishiman@city.ishinomaki.lg.jp

問 石巻市立病院経営企画室
☎25-5555 (内線2012)

「石巻市教育振興基本計画(案)」へのご意見 (パブリックコメント)をお寄せください

閲覧場所 市役所4階情報公開コーナー、教育総務課、各公民館、図書館、各総合支所、各支所、ホームページ

対象 ・市内に在住・在勤・在学の方
・市内の事業者および団体
・市に納税義務を有する方
・本件に関して利害関係を有する方

提出方法 住所、氏名(団体、企業の場合は、その名称および代表者の氏名)、電話番号、性別、年齢、職業を記入の上、郵便、FAX、Eメールまたは直接持参してください。(ホームページに意見募集参考様式を掲載しています)

提出期間 2月14日(火)～3月6日(月)

提出先 〒986-8501 (住所不要)

教育総務課 FAX 22-5160

✉ isbdedsdgn@city.ishinomaki.lg.jp

問 教育総務課(内線5013)

「第3期地域福祉計画」「第3次障害者計画」へのご意見 (パブリックコメント)をお寄せください

閲覧場所 市役所4階情報公開コーナー、福祉総務課、障害福祉課、各総合支所、各支所、ホームページ

対象 ・市内に在住・在勤・在学の方
・市内の事業者および団体
・市に納税義務を有する方
・本件に関して利害関係を有する方

提出方法 住所、氏名(団体、企業の場合は、その名称および代表者の氏名)、電話番号、性別、年齢、職業を記入の上、郵便、FAX、Eメールまたは直接持参してください。(ホームページに意見募集参考様式を掲載しています)

提出期間 2月15日(水)～3月6日(月)

提出先 〒986-8501 (住所不要)

・地域福祉計画 福祉総務課 FAX 22-3454

✉ iswelfare@city.ishinomaki.lg.jp

・障害者計画 障害福祉課 FAX 22-6610

✉ ishandwelf@city.ishinomaki.lg.jp

問 福祉総務課(内線2457)

障害福祉課(内線2482)

食品表示法事業者向け説明会

平成27年4月1日施行となった新しい食品表示法について、従来との変更点を中心に新たな製造所固有記号制度や義務化された栄養成分表示について説明します。

仙台会場

とき 2月9日(木) 午後1時30分～3時30分

ところ 県自治会館202・203会議室

定員 100人(先着)

申込方法 電話・FAXまたはEメールで申し込みください。

申込期限 2月2日(木)

要事前予約

大崎会場

とき 2月16日(木) 午後1時30分～3時30分

ところ 大崎合同庁舎大会議室

定員 100人(先着)

申込方法 電話・FAXまたはEメールで申し込みください。

申込期限 2月9日(木)

申・問 県環境生活部食と暮らしの安全推進課

☎022-211-2643 FAX 022-211-2698

✉ syokua@pref.miyagi.jp

「平成29年度基地モニター」を募集します

- ①基地行事(祝賀会、体験搭乗等)への参加
- ②基地モニター会議(基地見学会等)への出席
- ③自衛隊や松島基地に関するアンケートへの協力

対象 20歳代～60歳代の市内在住の方(議会議員、常勤の国家公務員、地方公務員の方を除く)

募集人員 10人

期間 1年(4月～平成30年3月)

応募方法 はがきに氏名(ふりがな)、住所、生年月日、性別、職業、電話番号を記入し、郵送してください。

応募期限 2月17日(金)必着

申・問 航空自衛隊松島基地広報班

☎82-2111

〒981-0503 東松島市矢本字板取85

航空自衛隊松島基地司令部監理部広報班

問 市環境課(内線3369)

平成29年度サン・ファン友の会会員募集

慶長使節船「サン・ファン・パウティスタ」および海を愛する人たちが集まり、会員相互の親睦を深めながら、友の会主催の行事と一緒に参加してみませんか?

期間 4月1日(土)～平成30年3月31日(1年間)
(途中からでも入会できます)

対象 大人・小・中・高校生・法人または企業

料金 一般会員1,000円・ジュニア会員500円

賛助会員5,000円

申込方法 事務局窓口または郵便振替で申し込みください。

申・問 サン・ファン館内

サン・ファン友の会事務局 ☎24-2210

渡辺祥子 3.11からのことづて展 「ありがとうの力」

東日本大震災時に世界中の方々から被災地へ贈られたメッセージの数々や、被災地で心の支えとなった言葉等、たくさんの「ありがとう」に出会える展示と、登米市出身フリーアナウンサー渡辺祥子さんによる展示に関するエピソードの朗読と音楽を交えたメッセージコンサート等を行います。

とき 2月18日(土)午前10時～午後5時

19日(日)午前10時～午後3時

ところ みやぎ生協文化会館 アイトピアホール(中央二丁目7-3)

問 (株)街づくりまんぼう ☎23-2109

市商工課(内線3526)

①パソコンセミナー ②インターネット体験セミナー

①PC入門・ワード入門・エクセル入門のうち、希望するコース
※マンツーマン形式

②インターネットの閲覧・検索方法を学べるセミナー

とき ①午前10時～正午、午後1時～3時(休館日を除く)

②2月11日(土・祝)・25日(土) 午後2時～4時

ところ ①メディアシップ2階ワークキャビン

②メディアシップ1階コミュニティーコート

対象 ①これからパソコンを始めたい方およびワードやエクセルを基礎から学びたい方

②インターネット未経験者・初心者(文字入力ができる方)

定員 ①1日2人(先着) ②1日10人(先着)

料金 各500円

申・問 情報プラザ「メディアシップ」

(月曜休館、祝日の場合は翌日休館) ☎61-1200

要電話予約

自衛官採用試験

陸・海・空自衛官候補生(男子)

受付期間 年間を通じて受け付けています。詳しくは、問い合わせください。

申・問 自衛隊宮城地方協力本部石巻地域事務所

☎・FAX83-6789

問 市総務課(内線4037)

石巻広域消防音楽隊「火の用心の音楽会」

とき 2月26日(日) 午後1時30分開演

ところ 桃生公民館文化ホール

定員 300人(先着)(要入場整理券)

※入場整理券は2月1日(水)～15日(水)桃生公民館、河北消防署桃生出張所および各消防署で配布します。

問 石巻広域消防本部 ☎95-7111

角笛シルエット劇場

こどもの心にいつまでも残る わかりやすく たのしく美しい影絵劇

とき 3月19日(日)

開演:午前11時(午前10時30分開場)

ところ 河北総合センター「ビッグバン」

料金 無料(要入場整理券)

整理券配布場所 河北総合センター「ビッグバン」、遊楽館

整理券配布開始 1月29日(日)午前9時

問 (公財)石巻市芸術文化振興財団

(「ビッグバン」内) ☎62-1120

シルバー人材センター入会説明会

市内に居住する60歳以上で、健康で働く意欲のある方ならどなたでも会員になることができます。

とき 2月8日(水) 午前9時

入会時に必要なもの

年会費(3,000円)、印かん、健康保険証、七十七銀行の通帳

詳しくは問い合わせください。

問 (公社)石巻市シルバー人材センター

(南中里三丁目14-3) ☎94-3683

市商工課(内線3523)

2月の子育て支援コーナー

子育て
メール相談はこちら



子育て・妊娠・出産に関する
情報や行政サービスは
こちら



市子育て支援センター

【申・問】 湊こども園内 ☎94-2366・FAX22-4665
★子育て支援室「わくわく」
小さいお子さんとそのご家族のためのスペースです。お子さんとゆったり過ごし、他の親子ともじっくり遊び、悩み事も話せませよ。湊こども園の園庭で園児との遊びの交流もできます。これからママになる方もお気軽にお越しください。子育ての情報が得られます！
※6日(月)、15日(水)はわくわく広場は、お休みです。
と き 月曜日…6日、13日、20日、
27日(成長測定・赤ちゃん測定もできます)
水曜日…1日、8日、22日
金曜日…3日、17日、24日
午前9時30分～11時00分(時間内の出入り自由)
と ころ 湊こども園2階子育て支援室
(みなと荘の玄関からお入りください)
※予約不要
※7日(火)、21日(火)は第1子の3カ月～11カ月児のみの「ハイハイ広場」です。
※指定の場所以外への駐車はご遠慮ください。総合福祉会館をご利用の方もいますので、駐車場が満車となります。早めにおいでください。
※詳しい活動内容は、支援センターだよりやホームページをご覧ください。
★あそびの広場 午前9時30分～11時30分
と き 10日(金)稲井公民館
16日(木)向陽地区コミュニティセンター
21日(火)うしお荘
★「心とからだのトータルケア」ハッピーサロン～たまごママの日～
これからママやパパになる方等、マタニティライフを送っている方を対象にしたサロンです。
と き 18日(土)午前10時～正午
と ころ 湊こども園2階子育て支援室



桃生子育て支援センター「キッズホーム」(バイオ研修センター内)

【申・問】 ☎76-4521

★あそびの広場
と き 午前9時30分～11時30分
・0～1歳親子 2日(木)、9日(木)、16日(木)、23日(木)
・2歳以上親子 1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)
・広場開放日 7日(火)、14日(火)、21日(火)
持 ち 物 飲み物(お茶や水)、おしぼり、着替え等
※開放日以外はいろいろな親子活動を予定しています。
詳しい内容はキッズホームだよりかホームページまたは電話等で確認してください。
★どんぐり子育て広場「おたのしみ会」
と き 28日(火) 午前9時45分～11時30分
と ころ 桃生保健センター
内 容 どんぐり劇団の劇、合奏、歌、読み聞かせ等(手づくりおやつ付)
料 金 1家族200円(保険代込、当日集金)
持 ち 物 飲み物(お茶や水)、おしぼり、フォーク、箸、着替え等
申込方法 申込用紙(キッズホームにあります)に記入の上、キッズホームまで申し込みください。
申込期限 22日(水)

河北子育て支援センター

【申・問】 飯野川保育所内 ☎61-1601・FAX62-2359

★あそびの広場
～明るく開放感のあるセンターです！ホッと一息つきながら、みんなで楽しく遊びましょう！～
と き 午前10時～11時30分
・0～1歳親子 16日(木)
・2歳以上親子 1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)
・ひろば開放日 6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)
持 ち 物 飲み物(お茶や水)、手拭きタオル、着替え
《主な行事》
2日(木) 豆まき会
9日(木) 栄養指導
13日(月) 保健師来所日～身体測定もします～
20日(月) 自由解放日
23日(木) 赤ちゃん講座
27日(月) ボランティアさんによる絵本の読み聞かせ
※都合により変更になることがあります。詳しい内容についてはお問い合わせください。

北上子育て支援センター

【申・問】 相川保育所内 ☎66-2177・FAX61-2008

★あそびの広場
と き 6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)
午前9時30分～11時30分
と ころ 相川保育所内
持 ち 物 上靴、飲み物(お茶や水)、着替え(おむつ等)
★ひまわりキッズ
と き 1日(水)、8日(水)(歯磨き教室)、15日(水)、22日(水)
午前10時～11時30分
と ころ 北上保健センター
持 ち 物 上靴、飲み物(お茶や水)、着替え(おむつ等)
※都合により変更になることがあります。
※詳しい内容は、ホームページをご覧ください。
※電話相談、来所相談ができます。

なかよし保育園子育て支援センター

【申・問】 ☎96-4551・FAX22-9881

★親子教室
・1歳6カ月～2歳6カ月グループ 7日(火)、21日(火)
・2歳6カ月以上グループ 14日(火)、28日(火)
★すくすく赤ちゃん
・ネンネ・寝返りグループ 9日(木)、23日(木)
・ヨチヨチ・ハイハイグループ 2日(木)、16日(木)
※16日(木)は助産師さんが来ます。
★ツイーンズ・デー孫育て広場 10日(金)、24日(金)
★たまご・ひよこサロン 6日(月)
★子育てふれあいサロン 27日(月)
今月はクッキングをします。
持 ち 物 エプロン、三角巾 定 員 15組程度(先着)
要予約 ※予約開始は1日(水)午前10時
★親子クッキング 17日(金)
ひなまつりにちなんだメニューを作ります。
持 ち 物 エプロン、三角巾 定 員 8組程度(先着)
要予約 ※予約開始は1日(水)午前10時
★育児講座「わらべうたであそぼう」
20日(月) 午前10時～11時30分
講 師 金子さくえ 定 員 15組程度(先着)
要予約 ※予約開始は1日(水)午前10時
★市推進事業 産前産後のトータルケア
「母乳について」 16日(木) 午前10時～11時30分
要予約 ※予約開始は1日(水)午前10時
★開放日 3日(金)、13日(月)

河南子育て支援センターパプラ

【申・問】 河南農村環境改善センター2階 ☎FAX72-4670

★わいわいサロン
と き 午前9時30分～11時30分
・0～1歳親子 7日(火)、21日(火)、28日(火)
・2歳以上親子 2日(木)、9日(木)、16日(木)、23日(木)
・保健師、栄養士さんによる相談日 2日(木)
持 ち 物 飲み物、外靴入れ、着替え等
★自由開放
と き 第1、第2月曜日 午前9時～午後3時
毎週木曜日 正午～午後3時
持 ち 物 わいわいサロンと同じ ※昼食を食べる方はお弁当等
★スクエア子育てひろば
「親子わいわいクッキング」
と き 14日(火) 午前10時～正午 午前9時45分集合
料 金 1家族500円(材料代・写真代)
※申し込みの際にお支払いください。
申込期限 7日(火)
「ありがとうの会」
と き 3月9日(木)
申込受付開始 16日(木) ※詳細は問い合わせください。



雄勝子育て支援 キッズ広場

【申・問】 雄勝総合支所保健福祉課 ☎57-2113

親子で楽しく遊んだり、お母さん同士で子育てについてお話ししてみませんか。もうすぐママになる方もお気軽にどうぞ。
と き 毎週火・水・木曜日(変更になる場合があります)
午前9時30分～11時30分
※上記実施日が祝日の場合は、お休みとなります。
と ころ 雄勝ささえあいセンター
内 容 自由遊び・制作・リズム遊び・絵本の読み聞かせ等
持 ち 物 飲み物(お茶や水)、着替え(おむつ等)
※毎週月・金曜日電話相談
※詳しい日程・内容についてはホームページをご覧ください。

牡鹿地区子育て支援事業「ぐんぐんすくすく」

【申・問】 牡鹿総合支所保健福祉課 ☎45-2113

親子で楽しく遊びましょう。お気軽にご参加ください。
と き 9日(木) 子育てセミナー「わらべうたと読み聞かせ」
16日(木) おわかれ会
午前10時～11時30分
と ころ 牡鹿保健福祉センター「清優館」
持 ち 物 飲み物(お茶や水)、おしぼり、タオル

2月の健康コーナー

食育推進コーナー

セミナーで食育への理解を深めよう

食育という概念がない時代から食育に取り組んでいる、福岡市高取保育園を舞台にしたドキュメント映画を上映します。(映画「はなちゃんのみそ汁」のモデルはなちゃんが通った保育園です)
と き 8日(水) と ころ 仙台合同庁舎B棟2階 第一会議室
内 容 (1)映画「いただきます みそをつくるこどもたち」上映
(2)パネルディスカッション
VIN OOTA(オオタ ヴィン)映像作家
小山 明子 一杯の味噌汁プロジェクト代表
高橋 菜里 NPO法人プロジェクト88理事長
(3)意見交換
定 員 80人(先着)
申込方法 FAXまたはホームページ(「とうほく食育ひろば」で検索してください)から申し込みください。
【問】 東北農政局経営・事業支援部地域食品課
☎022-263-1111 FAX 022-722-7378
市健康推進課(内線2617)

愛の献血(2月)

とき・ところ

5日(日)	午前10時～11時45分	カワチ薬品石巻西店
12日(日)	午後1時～4時30分	イオンモール石巻
25日(土)		

【問】 健康推進課(内線2418)

【健康推進課】☎95-1111
【各総合支所保健福祉課】河北☎62-2117 雄勝☎57-2113
河南☎72-2094 桃生☎76-2111
北上☎67-2301(北上保健センター内) 牡鹿☎45-2113

乳幼児の健診・相談

対象地区	健診・相談名	対 象	と き	受付時間	と ころ
石巻	3～4カ月児健診	H28年10月生まれ	9日(木)・22日(水)・28日(火)	12:45～13:00	市保健相談センター
	1歳児よちよち相談	H28年1月生まれ	6日(月)・20日(月)・27日(月)	9:15～9:30	
	1歳6カ月児健診	H27年6月生まれ	8日(水)・14日(火)・24日(金)	12:30～12:45	
	2歳児歯科健診	H26年7月生まれ	10日(金)・15日(水)・23日(木)		
	3歳児健診	H25年8月生まれ	3日(金)・16日(木)・21日(火)		
河北 雄勝 北上	1歳児よちよち相談	H28年1月～2月生まれ	22日(水)	13:00～13:15	河北総合センター 「ビッグパン」
	3歳児健診	H25年7月～8月生まれ	8日(水)	12:30～12:45	
河南 桃生	3～4カ月児健診	H28年10月生まれ	24日(金)	12:45～13:00	河南母子健康センター
	1歳児よちよち相談	H28年1月生まれ	7日(火)	9:30～9:45	
	1歳6カ月児健診	H27年6月生まれ	9日(木)	12:30～12:45	
	2歳児歯科健診	H26年6月16日～7月31日生まれ	14日(火)		
	3歳児健診	H25年8月生まれ	16日(木)		
牡鹿	3～4カ月児健診	H28年10月生まれ	28日(火)	12:45～13:00	市保健相談センター
	1歳6カ月児健診	H27年6月生まれ	24日(金)	12:30～12:45	
	3歳児健診	H25年8月生まれ	21日(火)		

各種教室

教室名	内 容	と き	と ころ
もぐもぐ育児教室(石巻地区)	対象 6～7カ月児の保護者の方 内容 離乳食の進め方、生活リズムや発達のお話、保護者同士の交流等 定員 15組程度(要予約) 【申・問】 健康推進課(内線2428)	7日(火) 受付 13:15～13:30	市保健相談センター
もぐもぐ育児教室(河北・雄勝・北上地区)	対象 6～7カ月児の保護者の方 内容 離乳食の進め方、生活リズムや発達のお話、保護者同士の交流等 定員 15組程度(要予約) 【申・問】 各総合支所保健福祉課	22日(水) 受付 9:30～9:45	河北総合センター 「ビッグパン」
もぐもぐ育児教室(河南・桃生地区)	対象 6～7カ月児の保護者の方 内容 離乳食の進め方、生活リズムや発達のお話、保護者同士の交流等 定員 15組程度(要予約) 【申・問】 河南総合支所保健福祉課	7日(火) 受付 13:00～13:15	河南母子健康センター
みんなの 楽しくダンベルクラブ	「かなん楽しくニギニギ隊」と一緒に、筋力アップや基礎代謝量を上げる 玄米ダンベル体操で健康づくりをしませんか。どなたでも参加できます。 【申・問】 河南総合支所保健福祉課	28日(火) 受付 9:30～11:00	遊楽館

2月の健康コーナー

◆相談(妊産婦・栄養・歯科相談は要予約)

相談名	と き	と ころ	申・問 健康推進課
健康相談	月～金 (祝日を除く)	8:30～17:00	内線2425
育児相談			内線2423
こころの電話相談			内線2421 ☎94-9132
栄養相談	6日(月)	10:00～12:00	市保健相談センター 内線2428
歯科相談	13日(月)	13:00～15:00	センター 内線2417
助産師による妊産婦相談	毎週火曜日	10:00～15:00	市役所2階授乳室 内線2422

◆心理カウンセラー等によるこころの相談会(要予約)

不眠・不安感・ストレス・イライラ・依存症等こころの問題についての相談を行います。※プライバシーは守られます。

と き	と ころ	担 当	申・問
9日(木)10:45	市役所2階相談室	今野 廣子	健康推進課(内線2421) ☎94-9132
23日(木)10:45			
15日(水)13:30	河南母子健康センター	樋口 広思	河南保健福祉課 ☎72-2094
17日(金)13:30	河北総合支所	奥地 康子	河北保健福祉課 ☎62-2117

◆東部保健福祉事務所(石巻保健所) ところ 東部保健福祉事務所 旧保健所棟

相談・教室名	内 容	と き	申・問
アルコール関連相談	アルコール関連問題(ギャンブル依存も)で困っている本人や家族の専門相談(要予約)	17日(金)	10:00～14:00
アルコール家族教室	アルコール関連問題で困っている本人や家族のセミナー(要予約)		14:00～15:00
思春期・引きこもり相談	心の問題についての専門相談(要予約)	8日(水)	13:00～16:00 ☎95-1431

◆お酒をやめている人たちの話を聞いてみよう! ※どなたでも参加できます。

と き	と ころ	問
9日(木)13:30～15:00	河北保健センター	河北総合支所保健福祉課 ☎62-2117

◆からころ相談ダイヤル:心の無料電話相談

((一社)震災こころのケア・ネットワークみやぎ)
☎0120-322-016(午前10時～午後4時)
※留守番電話対応になる場合もあります。

◆仙台いのちの電話

((福)仙台いのちの電話)
☎022-718-4343(24時間年中無休)
・毎月10日「自殺予防いのちの電話」
☎0120-783-556(午前8時～翌朝8時)

◆わかちあいの会

大切な方を亡くした方が話せる場所です。
と き 12日(日) 午後2時～4時30分
と ころ カリタスジャパン(末広町3-14)
☎24-9858
問 NPO法人仙台グリーンケア研究会
☎070-5548-2186

◆つむぎの会

さまざまな形で子どもを亡くした親の集いです。
と き 26日(日) 午後1時
と ころ 市保健相談センター
問 つむぎの会
☎090-8614-5466

問 健康推進課 ☎94-9132

◆定点型からだところのケアサロン

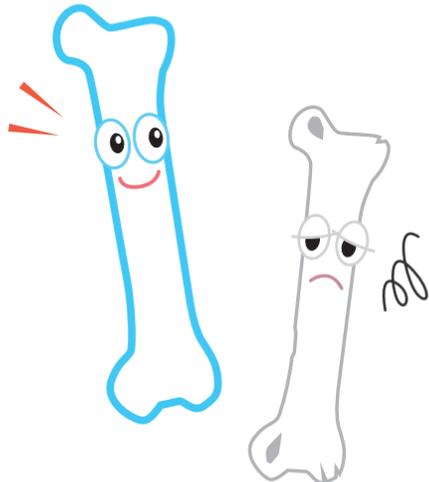
「からころん」
と き 28日(火) 午前10時30分～午後3時
と ころ 河南母子健康センター
ミニ勉強会「よい関係づくりのためのコミュニケーションのしかた」 午後1時30分～3時
専門のスタッフに体やこころに関する相談ができます。どなたでも参加できます。
問 河南総合支所保健福祉課
☎72-2094

◆傾聴ボランティアによるカフェ

サロン♡さくら	
と き	と ころ
3日(金)、17日(金) 10:00～12:00	仮設大橋団地集会所
3日(金) 10:00～12:00	仮設南境第7団地集会所
13日(月)、27日(月) 10:00～12:00	鹿妻南コミュニティハウス(鹿妻南二丁目6-25)
※天候等により中止する場合があります。 問 健康推進課 ☎94-9132	
サロン♡ひまわり	
毎週月曜日 (祝日は休み) 10:00～15:00	北上保健センター内
問 北上保健センター ☎67-2301	
蛇田お茶っこサロン	
8日(水) 10:00～12:00	新蛇田第1集会所(新立野復興住宅)
問 健康推進課 ☎94-9132	

【石巻地区】骨粗しょう症検診

対 象 40・45・50・55・60・65・70歳の女性
※対象年齢は平成29年3月31日(金)を基準としています。
と き 3月2日(木)～18日(土)(日曜日を除く)
※4日(土)、18日(土)は午前中のみ、11日(土)はお休みします。
と ころ 市保健相談センター
※申し込みした方には、検診票を送付しています。検診日時を確認の上、受診してください。対象者で申し込みをしていない方は、ご連絡ください。
問 健康推進課(内線2414)



【石巻地区】乳がん検診が終了します

検診は24日(金)までです。まだ受診していない方は早めに受診しましょう。
と ころ 市保健相談センター
対 象 30歳代(毎年)、40歳以上(偶数年齢)の女性
※対象年齢は平成29年3月31日(金)を基準としています。
検診票をお持ちの方で検診日時を変更する場合…
乳がん検診日時変更専用ダイヤル(☎24-8383)にご連絡ください。
検診票をお持ちでない方…
検診票を準備しますので、問い合わせください。
問・問 健康推進課(内線2413～2415)

要電話予約



乳がん体験者のための情報交換会

乳がんを体験された方の抱える悩みや不安等について、一緒にお話しましょう。

と き	内 容	と ころ	料 金
3日(金) 午前10時～11時30分	再発サロン 再発・転移乳がん体験者のおしゃべり会	石巻赤十字病院 2階研修室 (予約不要)	100円
18日(土) 午後1時30分～3時30分	茶話会 情報交換会・交流会	向陽地区コミュニティセンター 多目的室 (約25人・予約不要)	200円

問 マンマの会パセリ(石巻乳がん体験者の会)
菅原 ☎070-5320-5538
市健康推進課(内線2415)

2月の休日急患担当医

◇担当医は変更になることがあります。各医療機関に確認の上、受診してください。

日	曜	内科	小児科	外科	産婦人科
5日	日	久門医院 97-4141(垂水町)	夜間急患センター 94-5111(石巻赤十字病院敷地内)	ささき整形外科医院 22-3121(大橋二丁目)	齋藤産婦人科医院 22-0707(中央三丁目)
11日	土・祝	かづま内科クリニック 96-7700(鹿妻南一丁目)	夜間急患センター 94-5111(石巻赤十字病院敷地内)	池田整形外科医院 23-2111(蛇田字東道下)	しらゆりクリニック 22-3717(蛇田字新立野)
12日	日	古山内科・循環器科 23-0221(元倉一丁目)	夜間急患センター 94-5111(石巻赤十字病院敷地内)	三浦泌尿器科医院 95-1961(新橋)	やまもと産婦人科 93-7000(大街道北一丁目)
19日	日	齋藤病院 96-3251(山下町一丁目)	夜間急患センター 94-5111(石巻赤十字病院敷地内)	あらい脳神経外科クリニック 98-3671(蛇田字下中埠)	あべクリニック産科婦人科 22-3322(大街道西二丁目)
26日	日	茜平クリニック 98-5108(茜平二丁目)	おおば小児クリニック 93-9693(門脇字青葉西)	石巻診療所 23-0125(穀町)	(注1)

※診療時間は、午前9時～午後5時。

※担当医や受付終了時間、昼休み時間については、各医療機関に確認の上、受診してください。

注1:2月26日(日)の産婦人科の対応については当日、石巻市役所(☎95-1111)まで問い合わせください。

日	曜	石巻市 河北地区	東松島市 矢本地区	歯科
5日	日	成田医院 62-3221(相野谷飯野川町)	永沼ハートクリニック 82-6680(赤井)	鈴木歯科 93-7202(駅前北通り一丁目)
11日	土・祝	櫻井内科クリニック 73-3811(広瀨)	藤野整形外科 83-2121(矢本)	二宮歯科医院 22-5623(大街道南一丁目)
12日	日	石巻ロイヤル病院(内科のみ) 73-5888(広瀨)	みやぎ東部循環器科 82-9930(赤井)	日野歯科医院 22-4230(錦町)
19日	日	ものうファミリークリニック 76-4024(桃生町中津山)	やもと内科クリニック 98-3260(矢本)	駅前もりたデンタルクリニック 96-6755(穀町)
26日	日	佐々木医院 72-3122(和瀨)	いしがき・みみはなのクリニック 84-1187(矢本)	横山歯科医院 21-1711(大手町)

※診療時間は、午前9時～午後5時。

夜間急患センターの診療時間(中学生以下の方は小児科になります)

曜 日	小児科	内科・外科
月～金曜日	午後7時～10時	午後6時～翌朝7時
土曜日	午後6時～翌朝7時	
日曜日・休日	午後6時～翌朝6時	午後6時～翌朝6時

・所在地 蛇田字西道下71(石巻赤十字病院敷地内)
※駐車場は、石巻赤十字病院駐車場をご利用ください。
・主な医療機器 エックス線一般撮影装置、生化学自動分析装置等各種検査機器ほか

問 夜間急患センター ☎94-5111