

5月 スポーツ・文化・催し

開 開館時間、利用時間
表記の見方
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

平成30年度 いしのみき総合スポーツクラブ・キッズパラエティ教室の会員・受講生を随時募集中です。

1日(火) 午前9時～午後1時	第89回メーデー石巻地方大会
12日(土) 午前9時～午後5時	宮城県高等学校総合体育大会 卓球の部(卓球)
13日(日) 午前9時～午後5時	第45回高体連石巻支部総合体育大会(弓道)
20日(日) 午前9時～午後5時	第64回石巻市民卓球大会
23日(水) 午前9時～午後1時	ダンベル交流大会
27日(日) 午前9時～午後5時	夏季市民バドミントン大会

体育振興課から「未来(あした)への道1000km縦断リレー 2018」の参加者を募集！
 申込期間 4月26日(木)～5月31日(木)
 申込方法 未来(あした)への道1000km縦断リレーホームページから申し込みください。
 ※詳しくはホームページをご覧ください。
 未来(あした)への道1000km縦断リレー 2018運営事務局
 ☎03-3539-5539 (午前10時～午後5時、土日・祝日を除く) URL <http://www.1000km.jp>
 市体育振興課 ☎25-6471

総合運動公園 ☎22-9111 FAX22-9112 **開** 午前5時～午後9時
休 なし

3日(木)～6日(日) 午前9時	第12回春季宮城県高等学校野球東部地区大会	市民球場
9日(水)～13日(日) 午前9時	第60回 J A V A 北海道大会兼第49回 J A V A 東北大会	
18日(金)～21日(月)・26日(土) 午前9時	第56回春季東北地区高等学校宮城県大会	
30日(水)・31日(木) 午前9時	第12回春季東北地区高等学校軟式野球宮城県大会	フットボール場
5日(土・祝)・6日(日) 午前9時	石巻地区中学校春季サッカー大会	
13日(日) 午後1時キックオフ	なでしこリーグ1部 第6節 マイナビペガサス仙台レディース 対 セレッソ大阪堺レディース	
20日(日) 午前9時	関東大学ラグビー招待試合 慶応義塾大学 対 明治大学	ふれあいグラウンド
26日(土)～29日(火)・31日(木) 午前9時	第67回宮城県高総体(ラグビー競技)	
5日(土) 午前9時	石巻地区中学校春季サッカー大会	
20日(日) 午前9時	キャンプ地誘致記念試合 慶応義塾大学 対 明治大学	フットボール フィールド第1
26日(土)～29日(火)・31日(木) 午前9時	第67回宮城県高総体(ラグビー競技)	
3日(木・祝)・4日(金・祝)・9日(水)・13日(日) 午前9時	宮城県高体連サッカー競技石巻支部予選	
12日(土)・19日(土)・20日(日)・26日(土)・27日(日) 午前9時	2018宮城テレビ杯サッカー新人大会石巻予選	フットボール フィールド第2
20日(日) 午前9時	第23回全日本女子ユース(U-15)サッカー選手権大会(宮城県大会)	
12日(土)～14日(月) 午前9時	石巻地区高等学校総合体育大会(ラグビー)	
26日(土)～29日(火)・31日(木) 午前9時	第67回宮城県高総体(ラグビー競技)	

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

12日(土)・19日(土) 午後1時30分～3時30分	利用協講座 フォークダンス初級者講習会 定員 10人(先着) 持ち物 運動のできる服装 運動靴 申込期限 11日(金)
18日(金) 午後1時～3時30分	利用協講座 初心者のための川柳教室 定員 8人(先着) 持ち物 筆記用具 国語辞典 申込期限 17日(木)
18日(金) 午前10時～正午	家庭教育支援チーム「いしっこクラブ(子育てサロン)」 内容 親子遊び、手遊び、紙芝居、ダンスなど 対象 小学校入学前のお子さんとお母さんなどなたでも参加できます。 ※飲み物持参で参加ください。
26日(土) 午前10時～正午	ジュニア・リーダーサークルげろっば「第1回げろっば祭り」 対象 小学1～6年生 内容 チャレンジコーナー(射的、輪投げなど)・もの作りコーナー(手作りおもちゃ)・紙飛行機とばしコンテストなど
27日(日) 午前9時45分～正午(受付開始 午前9時30分)	子ども会育成会石巻支部「第1回インリーダー研修会」 ゲームのしかたをおぼえよう。 指導 ジュニア・リーダーサークル「げろっば」 KYT(危険予知トレーニング) 対象 小学4～6年生 定員 50人(先着) 申込方法 小学校に配布する申込用紙にて郵送またはFAXで申し込みください。 ※子ども会のリーダー育成を目的とした研修会です。趣旨をご理解いただき、各子ども会からの参加をお願いします。

蛇田公民館 ☎95-0183 **開** 午前9時～午後9時
休 なし

11日(金) 午前10時	くらしの教室「明笑大学」開講式
--------------	-----------------

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

22日(火) 午後1時30分	高齢者教室「寿大学」入学式並びに第1回学習会(カラオケ教室)
30日(水) 午後1時30分	女性教室「くらしの講座」開講式並びに第1回学習会
6月8日(金)・22日(金) (計2回) 午前10時～正午	利用協講座「絵手紙体験教室」 講師 日本絵手紙協会 公認講師 阿部 悦子 定員 10人(抽選) 料金 1,000円(教材および材料費) 申込期限 5月31日(木) 正午

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

11日(金) 午後1時30分～3時30分	稲井くらしの講座開講式および講演会「郷土の偉人 富田 鐵之助」 講師 元市教育委員会教育長 阿部 和夫
----------------------	--

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 月曜日・1日(火)※1日(火)は4月30日(月・祝)が開館のため

13日(日) 午前9時	河北協会主催 バドミントン大会団体戦 ☎ 河北バドミントン協会事務局 ☎94-1320
-------------	--

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・3日(木・祝)～5日(土・祝)は午後5時まで)
休 月曜日

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・手遊び等を一緒に楽しみましょう。
4日(金・祝)・18日(金) 午前10時30分～11時	あかちゃんおはなし会 赤ちゃん絵本・わらべうた・手遊び等で、親子一緒に楽しみましょう。 これからパパ・ママになる方もご参加ください。 おはなし会終了後から正午まで多目的室を開放します。
5日(土・祝)・19日(土) 午前10時30分～11時	たのしいおはなし会 絵本・紙芝居・手遊びなどで、お話を親しみましょう。
8日(火) 午前10時～正午	読書会 今月の本『網ノ記』 葉室 麟 著 この作品を読んで、感想をおしゃべりしませんか。
10日(木) 午前10時～正午	絵本とおはなしの会勉強会 絵本の読み聞かせやストーリーテリング(お話の語り)と一緒に練習しませんか。
15日(火) 午前10時～正午	子どもの本を読む会 今月の本 工藤 ノリコ 作 「ノラネコぐんだん」シリーズの絵本 子どもの本を読む、大人のための読書会です。
6月1日(金) 午前8時	平成30年度石巻市図書館 郷土史バスツアー 「歴史探訪～女川騒動・飯田口説の足跡をたどる～」 ところ 岩手県大船渡市の真稱寺、長安寺ほか 講師 武山 文衛 定員 17人(先着) 料金 1,000円(昼食・飲み物代。当日持参ください) 受付開始 8日(火) ※要予約
6月3日(日) まで	「ぼくのわたしの好きな本」 市民の皆さんが紹介してくれた本を、児童コーナーに展示しています。
13日(日) 午前10時30分～11時	おはなし会 ※河北分館(ビッグバン図書室)

<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などに出張し、貸出券の発行や本の貸し出しを行っています。

9日(水) 午前10時30分～11時30分	みんなであそぼう 釜子育て支援センター ※読み聞かせもあります。
16日(水) 午前10時30分～11時30分	子育て支援室「わくわく」 湊子育て支援センター ※読み聞かせもあります。
22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 ※読み聞かせもあります。
25日(金) 午前10時～11時30分	ツインズデーと孫育てひろば 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 月曜日・1日(火)※1日(火)は4月30日(月・祝)が開館のため

4日(金・祝) 開演 午後5時30分(開場 午後5時)	石巻好文館高等学校 第13回吹奏楽部定期演奏会 料金 500円(前売り券400円) ☎ 橋戸・伊藤・鈴木 ☎22-9161
5日(土・祝) 開演 午後1時30分(開場 午後1時)	
12日(土) ①開演 午後2時(開場 午後1時30分) ②開演 午後6時(開場 午後5時30分)	内モンゴルと石巻・子どもたちがつなぐ平和コンサート 料金 2,800円(前売り券2,500円) ☎ 石巻内モンゴル友好協会 ☎090-2024-3693
15日(火) 午前9時～午後5時	トレーニング室利用休止

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

平成30年度前期(4～9月) 子供向け講座[無料体験レッスン]を開催します！
 対象講座は、ベビースイミング(対象 生後6カ月～3歳のお子さん)やその他、子供向け文化講座など、盛りだくさん。詳しくは問い合わせください！
 ※要予約(先着)
 ※一人につき2講座まで受講できます。初めて受講される講座に限りです。

7日(月)～25日(金)

3日(木・祝)～5日(土・祝)はプールは午後4時30分、トレーニングルームは午後5時まで。

【5月の休講日】 3日(木・祝)～5日(土・祝)

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

13日(日)・27日(日)・6月10日(日)・24日(日) 午前10時～10時45分	ベビースイミング 料金 全4回 3,000円 定員 20人(先着) 対象 生後6カ月～3歳のお子さんと保護者
19日(土) 午後4時～5時30分	スキューバダイビング体験教室 料金 1,500円 定員 5人(先着) 対象 9歳～成人

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

詳しい営業情報や大会情報はホームページでご確認ください。 kanan-pg.com

にっこりサンパーク ☎67-2038または67-2712 **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・1日(火)※1日(火)は4月30日(月・祝)が開館のため

野球場・テニスコート：要電話予約

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時まで)
休 月曜日・1日(火)※1日(火)は4月30日(月・祝)が開館のため

屋内温水プール利用料金 一般高校生500円 3歳～中学生200円 3歳未満無料

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) ※要予約 受け付けは開始5分前まで
10日(木) 午後6時30分
17日(木) 午後2時
24日(木) 午前10時
- ビッグバン ☎62-1120 11日(金)・25日(金) 午後3時/午後7時 ※要電話予約
- 遊楽館 ☎72-3561 13日(日)・27日(日) 正午/午後5時 ※要電話予約
- 牡鹿交流センター ☎45-3618 利用時間 午後1時～8時 ※休館日の前日は、午前10時～午後5時随時受付(要電話予約)

5月の健康コーナー

問 【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

こころの体温計



❖相談(妊産婦・栄養・歯科相談は要予約)

相談名	とき	ところ	問・圃 健康推進課
健康相談	月～金 (祝日を除く)	8:30～17:00	健康推進課
育児相談			内線2425
こころの電話相談			内線2423
栄養相談	7日(月)	10:00～12:00	保健相談センター
歯科相談	14日(月)	13:00～15:00	保健相談センター
助産師による妊産婦相談	毎週火曜日	10:00～15:00 (要予約)	市役所2階授乳室・第2火曜日はスマイルにて実施

❖心理カウンセラーなど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・依存症などこころの問題についての相談を行います。

とき	ところ	担当	問・圃
10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
24日(木) 10:45			

❖東部保健福祉事務所(県合同庁舎内石巻保健所)

相談・教室名	内容	とき	問・圃
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	18日(金) 10:00～14:00	☎95-1431
アルコール家族教室	アルコール関連問題を抱えた家族を対象にした教室 ※要予約	14:15～15:15	
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	23日(水) 13:00～17:00	

❖定点型からだところのケアサロン「からこころ」

ミニ勉強会 「睡眠について」
 とき 22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
 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。
 スタッフ からこころステーション心のケア相談員(医師・看護師・心理士・精神保健福祉士等)
 圃 河南総合支所保健福祉課
 ☎72-2094(内線272)

❖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
18日(金) 10:00～12:00	仮設大橋団地集会所
28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)
10日(木) 10:00～11:30	市営筒場復興住宅集会所
24日(木) 10:00～11:30	寿楽荘(日和が丘一丁目1-1)
※悪天候等の事情により中止する場合があります。 ※初めての方もご参加ください。 圃 健康推進課 ☎94-9132	
蛇田お茶っこサロン	
9日(水) 10:00～12:00	新蛇田第1集会所(新立野復興住宅)
圃 健康推進課 ☎94-9132	

❖からこころ相談ダイヤル:心の無料電話相談

☎ 0120-322-016 (午前10時～午後4時)
 担当:震災こころのケア・ネットワークみやぎ
 ※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

☎ 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 19日(土)午後2時～4時
 ところ 石巻レインボーハウス(中里二丁目2-3)
 圃 仙台グリーンケア研究会
 ☎ 070-5548-2186

❖つむぎの会:様々な形で子供を亡くした親の集いです。

とき 27日(日)午後1時
 ところ 保健相談センター
 圃 「つむぎの会」 ☎ 090-8614-5466

問 健康推進課 ☎ 94-9132

石巻地区 乳がん検診が14日(月)から始まります

平成28年度から視触診検査がなくなり、乳がん検診が受けやすくなりました。
 保健相談センター1カ所で検診終了です!

対象	検査方法	検診開始
30～39歳(毎年)	超音波検査	14日(月)
40～64歳(偶数年齢)	マンモグラフィ(二方向撮影) + 超音波検査(条件該当者のみ追加)	8月ころ
66歳以上(偶数年齢)	マンモグラフィ(一方向撮影)	14日(月)

○超音波検査追加の該当者
 40～64歳で、次のいずれかを満たす方
 ・乳腺濃度が高く、小さなしこりを見落とす危険性がある方
 ・本人または親、子、兄弟姉妹で乳がん、卵巣がんになったことがある方
 平成28年度から視触診検査がなくなり、自己負担金が半額になりました!

検診内容	平成28年度～	平成27年度
超音波検査(30歳代)	500円	1,000円
マンモグラフィ撮影(40歳以上の偶数年齢)	1,000円	2,000円

圃 健康推進課(内線2427)

がん体験者のための情報交換会

がん体験者が抱える悩みや不安などについて、一緒にお話ししましょう。ご家族の方も是非ご参加ください。

対象	とき	内容	ところ	料金
① 乳がん体験者	13日(日) 午後1時30分～3時30分	・茶話会 ・講習会「フラダンス体験会」 講師 デイバルヌエヴォー(フラハラウ カイラニ代表、乳がん体験者) ・交流会	石巻レインボーハウス多目的ホール(各約20人・予約不要)	100円
	6月2日(土) 午後1時30分～3時30分	・茶話会 ・講習会「がん体験者のための薬外線対策」 講師 瀬戸真由美(シジオエステティシャン) ・交流会		100円
② がんの種類問わず	26日(土) 午後1時30分～3時30分	がんについて、人生についてさまざまな事を皆さんで語り合います。	ヒノケン2F ここひろ	100円

圃 ①マンマの会パセリ(石巻乳がん体験者の会) 菅原 ☎070-5320-5538
 ②がん哲学外来 日和山カフェ代表 佐藤 ☎080-5742-4225 (月～金曜日 午後6時～8時) 市健康推進課(内線2415)

❖乳幼児の検診・相談

対象地区	健診・教室名	対象	実施日	受付時間	会場
石巻	3～4カ月児健診	H30年1月生まれ	10日(木)・18日(金)・30日(水)	12:30～12:45	保健相談センター
	1歳児よちよち相談	H29年4月生まれ	7日(月)・14日(月)・29日(火)	9:15～9:30	
	1歳6カ月児健診	H28年9月生まれ	8日(火)・17日(木)・23日(水)	12:30～12:45	
	2歳児歯科健診	H27年10月生まれ	9日(水)・16日(水)・25日(金)	12:30～12:45	
	3歳児健診	H26年11月生まれ	11日(金)・15日(火)・24日(木)	12:30～12:45	
河北雄勝北	1歳6カ月児健診	H28年9月～10月生まれ	23日(水)	12:30～12:45	河北総合センター「ビッグバン」
	2歳児歯科健診	H27年10月～11月生まれ	9日(水)	12:30～12:45	
河南桃生	3～4カ月児健診	H30年1月生まれ	25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	H29年4月生まれ	8日(火)	9:30～9:45	
	2歳児歯科健診	H27年10月生まれ	15日(火)	12:30～12:45	
	3歳児健診	H26年11月生まれ	24日(木)	12:30～12:45	
牡鹿	3～4カ月児健診	H30年1月生まれ	30日(水)	12:30～12:45	保健相談センター
	1歳6カ月児健診	H28年9月生まれ	23日(水)	12:30～12:45	
	3歳児健診	H26年11月生まれ	24日(木)	12:30～12:45	
	1歳児よちよち相談	H29年3月～6月生まれ	31日(木)	12:45～13:00	牡鹿保健福祉センター(清優館)
	2歳児歯科健診	H27年9月～12月生まれ		12:30～12:45	

愛の献血(5月)

とき・ところ

6日(日)	㈱カワチ薬品 石巻西店	午前10時～11時45分
13日(日)	イオンモール石巻	
19日(土)		
24日(木)	市役所	
26日(土)	イオンモール石巻	

※協力企業・会場を募集しています。健康推進課までご連絡ください。
 圃 健康推進課(内線2418)

❖各種教室・講演会

教室名	内容	とき	ところ
もぐもぐ育児教室(石巻地区)	対象 5～7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(要予約) 圃・圃 健康推進課(内線2428)	16日(水) 13:15～13:30	保健相談センター
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運動で健康づくりをしませんか。どなたでも参加できます。 圃・圃 河南総合支所保健福祉課(内線275)	22日(火) 9:30～11:00	遊楽館アリーナ

高齢者肺炎球菌予防接種予診票の送付について

次の対象の方に5月中に予診票を送付しますので、届いてから接種してください。

- 対象** 平成30年度に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方で、1度も肺炎球菌予防接種をしていない方
(詳しくは市報4月1日号に掲載)
- 接種期限** 平成31年3月31日 ※詳しい内容は通知をご覧ください。
- ☎ 健康推進課(内線2413)

石巻地区 胃がん検診、結核・肺がん検診が始まります

- ①胃がん検診**
 検診開始 7日(月)
 対象 30歳以上の方
 検査方法 問診、胃エックス線検査
- ②結核・肺がん検診**
 検診開始 8日(火)
 対象 結核検診 65歳以上の方
 肺がん検診 40歳以上の方
 検査方法 胸部エックス線検査(胸部のレントゲン写真を撮ります)
 喀痰細胞診検査(該当者のみ、1週間で3日間のたんをとります)
- 申し込みをした方には順次、検診票を送付します。検診日および会場を確認の上、受診してください。申し込み時に受けないと回答した方や、申し込みをしていない方で受診を希望する方は、ご連絡ください。
- ※対象年齢は平成31年3月31日現在を基準としています。
- ☎ ①健康推進課(内線2414)
 ②健康推進課(内線2413)

生活不活発病(エコノミークラス症候群) 予防検診のお知らせ ※無料

- とき** 27日(日)午前10時(受付開始 午前9時30分) 午後1時30分(受付開始 午後1時)
- ところ** 石巻赤十字病院災害医療研修センター
- 内容** 血管エコー検査で脚の血栓を調べます。
- 定員** 午前、午後各100人[先着] ※予約不要 ※動きやすい服装でご参加ください。
- ☎ 石巻赤十字病院 災害医療研修センター ☎21-7220 (代)
 市健康推進課(内線2425)

市立病院開成仮診療所の診療日時のお知らせ

- 4月5日(木)から診療日時の変更をしました。
- とき** 木曜日 8時30分～11時30分(午後休診)
 月～水曜日・金曜日は休診日
- ☎ 市立病院開成仮診療所 ☎23-3200

石巻市国民健康保険第2期データヘルス計画・第3期特定健康診査等実施計画を策定しました

生活習慣病対策をはじめとする被保険者の方の健康増進および糖尿病等の発症予防や重症化予防の保健事業を実施します。特定健診を受けて、からだの状態を確認しましょう。市の保健師・栄養士があなたの健康づくりのお手伝いをします。

- 計画期間** 平成30年度～平成35年度
 ※詳しくはホームページをご覧ください。

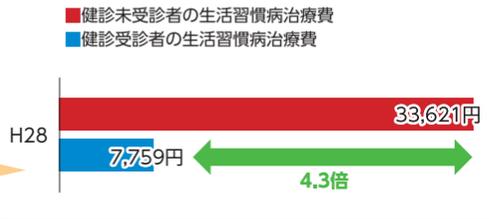
市の健康課題

- 人工透析患者のうち糖尿病が占める割合が増加。
- 特定健診を受ける人が少ない。(県内ワースト2位)
- メタボ該当者の割合が多い。

健康維持は医療費負担の軽減にもつながります。

☎ 保険年金課(内線2333)

特定健診の受診の有無と生活習慣病にかかる費用 (1か月あたり)



医療用ウィッグ・乳房補正具購入費助成事業

がん患者の治療と就労や社会参加の両立を支援し、経済的負担の軽減を図るため、医療用ウィッグおよび乳房補正具を使用する方に助成金を交付します。

対象	次の全てに該当する方を対象とします。 ・世帯の市民税(所得割課税年額)が304,200円未満で市内に住所を有する方 ・がんと診断され、その治療を行っている方 ・がん治療に伴い、ウィッグまたは乳房補正具が必要となる方 ・市税に滞納のない方 ・過去に他の都道府県および市区町村において補正具の購入に対する助成などを受けていない方
助成対象	平成30年4月1日以降に購入した医療用ウィッグまたは乳房補正具の購入費用。
助成金額	・医療用ウィッグ 20,000円 ・乳房補正具(右側) 20,000円(左側) 20,000円 ※金額は助成の上限金額です。 ※医療用ウィッグの付属品およびケア用品、乳房補正具の下着は助成の対象外です。
申請書類	・交付申請書(様式第1号) ・補正具等の購入に係る領収書の写しまたは支払いの事実が確認できる書類 ・がん治療の受診を証する書類の写しまたはがん治療受診証明書(様式第2号) ・照会同意書(様式第3号) ・振込先通帳の写し ※交付申請書、がん治療受診証明書および照会同意書はホームページからダウンロードできます。

骨髄バンクドナー支援事業

骨髄等の移植を推進するため、骨髄等を提供した方に助成金を交付します。

対象	次の全てに該当する方を対象とします。 1 骨髄等の採取に伴う入院から退院までの期間に、市に住民登録を有する方 2 (公財)日本骨髄バンクが実施する骨髄バンク事業において、骨髄等の提供を行った方で、証明書類の交付を受けた方 3 市税に滞納のない方
助成対象	骨髄等の提供に係る通院・入院が助成対象です。 1 最終合意のための面接 2 健康診断のための通院 3 自己血採血のための通院 4 骨髄等採取のための入院 5 その他骨髄等の提供に関して、骨髄バンクが必要と認める通院
助成金額	骨髄等の提供に要した日数のうち、1日につき2万円(上限7日)
申請書類	1 交付申請書(様式第1号) 2 (公財)日本骨髄バンクが発行する骨髄等の提供が完了したことを証する書類 3 振込先通帳の写し ※交付申請書はホームページからダウンロードできます。

受付期間 7日(月)～平成31年3月29日(金)

申込方法 申請書類に必要事項を記入の上、持参または郵送してください。

☎ 〒986-8501(住所不要) 健康推進課(内線2416)・各総合支所保健福祉課

夜間急患センターの診療時間

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。
- ☎ 夜間急患センター ☎94-5111

市立病院のご案内

診療時間(休診日 土日・祝日・年末年始)

受付時間	初診 午前8時～11時
	再診 午前8時～11時30分
診療開始	午前9時

☎ 市立病院 ☎25-5555

診療日

診療科	月	火	水	木	金
内科	○	○	○	○	○
外科	○	○	○	○	○
整形外科	○	手術日	手術日	○	○

整形外科のみ紹介状と事前に予約が必要です。

5月の休日等救急当番医

◇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。

※診療時間は、午前9時～午後5時となります。
 ※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。
 ※下表に記載のない外科、産婦人科の対応については当日、市役所(☎95-1111)までお問い合わせください。



日付(曜日)	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
3日(木・祝)	内科	齋藤病院(山下町一丁目)	96-3251
	小児科	あいかわ小児クリニック(丸井戸三丁目)	92-8805
	産婦人科	あべクリニック産科婦人科(大街道西二丁目)	22-3322
4日(金・祝)	内科	茜平クリニック(茜平二丁目)	98-5108
	小児科	中山こどもクリニック(中里三丁目)	95-4121
	産婦人科	齋藤産婦人科医院(中央三丁目)	22-0707
5日(土・祝)	内科	亀田内科皮膚科クリニック(大街道南五丁目)	95-6118
	小児科	石巻市夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111
	産婦人科	しらゆりクリニック(蛇田字新立野)	22-3717
6日(日)	内科	中浦内科医院(中浦一丁目)	21-7551
	小児科	石巻市夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111

日付(曜日)	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
13日(日)	内科	森消化器内科外科(新橋)	23-2151
	小児科	石巻市夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111
	外科	あらい脳神経外科クリニック(蛇田字下中塚)	98-3671
20日(日)	産婦人科	あべクリニック産科婦人科(大街道西二丁目)	22-3322
	内科	佐藤神経内科医院(大手町)	22-5522
	小児科	石巻市夜間急患センター(石巻赤十字病院敷地内)	94-5111
27日(日)	産婦人科	齋藤産婦人科医院(中央三丁目)	22-0707
	内科	かわらだ内科胃大腸クリニック(鑄銭場)	21-5335
	小児科	おおば小児クリニック(門脇青葉西)	93-9693
	外科	石巻診療所(穀町)	23-0125

日	曜	石巻市 河北地区	東松島市 矢本地区	歯科
3日	(木・祝)	櫻井内科クリニック(広瀨) 73-3811	わたなべ整形外科(赤井) 84-2323	沼倉歯科医院(鑄銭場) 93-8622
4日	(金・祝)	紫桃内科医院(鹿又) 75-2325	加藤医院(矢本) 82-2030	いしのみきグリーン歯科(南中里三丁目) 23-2266
5日	(土・祝)	成田医院(相野谷飯野川町) 62-3221	永沼ハートクリニック(赤井) 82-6680	二宮歯科医院(大街道南一丁目) 22-5623
6日	(日)	石巻ロイヤル病院(内科のみ)(広瀨) 73-5888	ししど内科クリニック(赤井) 83-8830	ことぶき歯科(わかば三丁目) 98-7750
13日	(日)	須江きむら医院(須江) 24-6292	みやぎ東部循環器科(赤井) 82-9930	日野歯科医院(錦町) 22-4230
20日	(日)	ものうファミリークリニック(桃生町中津山) 76-4024	やもと内科クリニック(矢本) 98-3260	三宅歯科医院(千石町) 22-1448
27日	(日)	佐々木医院(和瀨) 72-3122	ひかりサンテクリニック(矢本) 84-1333	駅前もりたデンタルクリニック(穀町) 96-6755

※診療時間は、午前9時～午後5時となります。

5月の子育て支援コーナー

子育てメール相談



子育てタウン



湊子育て支援センター

☎94-2366・FAX22-4665

- ★子育て支援室「わくわく教室」 午前9時30分～11時30分
と き 月曜日…7日・14日・21日(成長測定)・28日
水曜日…2日・9日・16日(えほんびより)・30日
金曜日…11日・18日・25日(みんなと遊ぼうの日)
- ★子育て支援室「はいはい広場」 午前10時～11時
と き 23日(水) … 生後6カ月～1歳半のお子さんを対象に、「ベビーマッサージ」講座を行います。
- 定員 10組(先着) 講師 荒木 裕美
- 持ち物 バスタオル・飲み物・おんぶ紐(お持ちの方のみ)
- ★子育て支援室「よちよち広場」 午前9時30分～11時
と き 10日(木) … 第1子で1歳～1歳11カ月児の広場です。
- ★あそびの広場(稲井公民館・和室) 15日(火)
井内地区にお住まいのお子さん対象。
※7・8・9月は、稲井公民館が工事のため、お休みします。
- ★子育て相談 電話・来所・メール相談(随時) 午前9時～午後4時

渡波子育て支援センター てんとうむし

☎25-0567・FAX24-0668

- ★あそびの広場
と き 毎週月・水・金 午前9時30分～11時30分
内容 ひまわりの種まき・夏野菜やさつま芋の苗植えなど
- 持ち物 飲み物(お茶や水)・外靴を入れる袋、着替え(おむつなど)
- ★子育て相談(電話・来所) 毎週月～金 午前9時～午後4時
- ★子育てサークル 毎週火曜日 午前9時～11時30分
- ★23日(水) 5月生まれのお誕生日会
- ★25日(金) 『食』の語り部
- ★28日(月) 成長測定
- ★30日(水) 子育て講座『歯の大切さと歯磨きの仕方について』

釜子育て支援センターあおぞら

☎24-6113

- ★月齢ごとの親子ふれ合い日 午前10時～11時30分
・ねんね・寝返り 10日(木)・24日(木)
・よちよち・はいはい 17日(木)・31日(木)
・1歳6カ月～2歳6カ月 8日(火)・22日(火)
・2歳6カ月以上 15日(火)・29日(火)
・みんなであそぼう 2日(水)・16日(水)・30日(水)
- ★今月の育児講座
※3日前までに要電話予約(午前10時～午後3時)
・9日(水) 絵本の読み聞かせと貸し出し
午前10時30分～11時30分 ※要予約
- ・14日(月) 身体測定(母子手帳を持参ください)
午前10時～11時30分
- ・23日(水) 栄養士による簡単離乳食クッキング
午前10時～11時30分 ※要予約
- 定員 10人(先着) 持ち物 エプロン・三角巾
- ★あそび場自由開放日 午前10時～午後3時 ※前日までに要予約
1日(火)・7日(月)・11日(金)・14日(月)・18日(金)・21日(月)・25日(金)・28日(月)

にじいろひろば

☎070-1142-9332

- と き 毎週火・水・金曜日 午前10時～午後3時
※お昼持参でランチもできます。

なかよし保育園子育て支援センター

☎96-4551・FAX22-9881

- ★すくすく赤ちゃん
ネンネ・寝返りグループ 15日(火)・29日(火)
ヨチヨチ・ハイハイグループ 8日(火)・22日(火)
- ★親子教室 1歳6カ月～2歳6カ月 10日(木)・24日(木)
2歳6カ月以上 17日(木)・31日(木)
- ★ツインズ・デー孫育てひろば 11日(金)・25日(金)
- ★たまごひよこサロン 7日(月)
- ★ベビーマッサージ 18日(金)
- ★子育てふれあいサロン 28日(月)
- ★自由開放 1日(火)・14日(月)
- ★育児講座 1日(火)午前10時 ※要予約
・消防士さん体験 21日(月) 午前10時～11時30分
定員 15組(先着)
- ・サッカー教室(3歳以上) 6月1日(金) 午前10時～11時30分
定員 10組(先着)

河南子育て支援センターパプラ

☎72-4670

- ★わいわいサロン
と き 午前9時30分～11時30分
(火曜日昼食を食べる方は午後0時30分まで)
・0～1歳親子 1日(火)・8日(火)・15日(火)・22日(火)・29日(火)
・2歳以上親子 10日(水)・17日(水)・24日(水)・31日(水)
・保健師、栄養士による相談日 22日(火)
- 持ち物 飲み物・外靴入れ・着替えなど
- ★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(祝日を除く) 正午～午後3時
- 持ち物 わいわいサロンと同じ
- ★スクエア子育て広場『いもうえ会』(さつまいも畑のオーナー申し込み)
と き 27日(日) 午前10時～11時30分
ところ 旭山農業体験実習館 コロボックルハウスの農園
- 料金 1家族 800円 定員 40組(先着)
- 持ち物 飲み物(お茶や水)・着替え・シャベル・じょうろ・軍手・長靴・シート・お弁当など
- 申込方法 料金を添えて直接申し込みください。
- 申込期限 22日(火)
- ★親子バス遠足
と き 6月12日(火)
場所 平筒沼ふれあい公園
申込受付 開始 24日(木)

河北子育て支援センター

☎61-1601・FAX62-2359

- ★あそびのひろば
と き 午前10時～11時30分
- 持ち物 飲み物(お茶や水)・タオル・着替え
・0歳～1歳親子 10日(水)・17日(水)・24日(水)・31日(水)
・2歳以上親子 2日(火)・9日(火)・16日(火)・23日(火)
・ひろば開放日 7日(月)・14日(月)・28日(月)
- ≪主な行事≫
14日(月) 保健師来所日～身体測定等を行います～
15日(火) マタニティ講座
21日(月) 消防指導
28日(月) ひだまりの会による読み聞かせ
30日(水) 親子交流会

マタニティ・子育てひろば『スマイル』

☎98-5322

- ★自由開放
と き 月～金曜日、第1・第3土曜日 午前10時～午後3時
21日(月) 10時「つながる子育て講座足もみセルフケア」
定員 8組(先着)

桃生子育て支援センター「キッズホーム」

☎76-4521

- ★あそびの広場 午前9時30分～11時30分
・0～1歳親子 10日(木)・17日(木)・24日(木)・31日(木)
・2歳以上親子 9日(水)・16日(水)・23日(水)・30日(水)
・広場開放日 1日(火)・2日(水)・8日(火)・15日(火)・29日(火)
- 持ち物 飲み物(お茶や水)、おしぼり、着替えなど
- ★どんぐり子育て広場「はじまりの会」
と き 22日(火) 午前10時～11時30分
内容 読み聞かせボランティア《お月とお星の会》によるシアターなど
- 料金 1家族 200円(当日集金)
- 持ち物 飲み物、おしぼり、着替えなど
- 申込方法 キッズホームにて直接申し込みください。
- 申込期限 18日(金)

北上子育て支援センター

☎66-2177・FAX61-2008

- ★あそびのひろば
と き 7日(月)・14日(月)・21日(月)・28日(月)
11日(金)・25日(金)(自由あそび)
午前9時30分～11時30分
- 持ち物 上靴、飲み物、着替え(おむつなど)
- ★ひまわりキッズ
と き 2日(水)・9日(水)・30日(水)
16日(水) <保健師指導>
23日(水) <心とからだのトータルケア 親子ピクス>
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、着替え(おむつなど)

雄勝子育て支援センター

☎25-6331

- ★キッズ広場
と き 火・水・木曜日 午前9時30分～11時30分
- 持ち物 飲み物(お茶や水)、着替え、タオルなど
- 《主な行事》
・5月よりダンベル体操は毎週火曜日に変更します。
※1日(火)のダンベル体操はお休みです。
・9日(水)防火指導(保育所行事に参加)
- ・22日(火)保健師来所日 身体測定とお話「大人の脳トレ」
- ★自由開放 午前9時30分～11時30分
と き 毎週 月・金曜日(変更になる場合があります)
- 持ち物 キッズ広場と同じ

牡鹿子育て支援センター

☎45-2197

- ★ぐんぐんすくすく
と き 9日(水)・30日(水) 午前9時～11時30分
- 持ち物 帽子、着替え、飲み物(お茶や水)、おしぼり(お手拭用)、汗拭きタオル
- ★自由開放日
と き 毎週月・金曜日(祝日を除く) 午前9時～11時30分



助産師さんのマタニティ講座

ここでしか
できない!!
体験型





★河北子育て支援センター
15日(火) 午前10時～12時
・沐浴を体験してみませんか? 3,000gのリアル人形で練習します。
・産後の生活って、どんな感じ? 助産師が丁寧にお話します。
☎61-1601

★ベビースマイル石巻
19日(土) 午前10時～12時
・パパ向け妊婦体験! 妊婦ジャケットを着てみましょう。
・出産準備について、助産師からアドバイスします。
☎98-5322

病後児保育

「昨日熱で早退したけど、今日は下がったから保育園に行かせて大丈夫かしら?」
「食欲も元気もあるけれど微熱を繰り返してしまう」
「なかなか風邪が治りきらない。保育所に預けるのは難しいけれど、仕事も休めない」
そんなときに利用できるのが市委託事業病後児保育です。

対象 市内の幼稚園・保育園に通っている生後6カ月～就学前の児童

利用日 月～金曜日 午前8時30分～午後5時30分

利用料金 1人1日 2,000円(給食費・おやつ代込み) ご家庭の状況により、減免あり

利用の流れ 事前に利用登録をする⇒お子さんが風邪をひいてしまった⇒病後児保育室を予約・かかりつけ医を受診し病後児保育利用許可を受ける⇒当日病後児保育室へ
※詳しくは問い合わせください。見学も随時受付中。

☎98-5550 (病後児保育室専用)
☎98-5550 (子育て支援課(内線2554))

小学校入学祝金

少子化対策の推進および子育て家庭における経済的負担の軽減のため、小学校に入学する第2子以降のお子様を持つ保護者に「小学校入学祝金」を支給します。

支給対象者 次の全てを満たす方
・平成30年度に小学校に入学する第2子以降の子の保護者
・基準日、平成30年5月1日(火)において、対象児童と保護者が市内に住所を有すること
※ただし、対象外になる場合もありますので、事前に問い合わせください。

支給額 対象児童1人につき30,000円を保護者に支給します。

申請書の配布場所 申請書は小学1年生全員に小学校から配布します。
ホームページの「子育て」のページからダウンロードもできます。

申込方法 郵送または市役所本庁舎2階子育て支援課窓口で直接申し込みできます。

申込期間 5月1日(火)～6月29日(金)
☎98-5550 (子育て支援課(内線2553))