

本

庁

健康管理課
第1分庁舎2階

☎95-1111

乳幼児の健診と教室

	対象	と き	受付時間	会 場
3～4か月児健診	H17年5月生まれ	14日(水)・22日(木)・27日(火)	12:45～13:00	保健相談 センター
1歳児すくすく教室	H16年8月生まれ	6日(火)・14日(水)・30日(金)	9:30～9:45	
1歳6か月児健診	H16年1月生まれ	9日(金)・15日(木)・21日(水)	12:30～12:45	
2歳児歯科健診	H15年2月生まれ	7日(水)・13日(火)・29日(木)	12:45～13:00	
3歳児健診	H14年3月生まれ	8日(木)・16日(金)・28日(水)	12:30～12:45	

●通知が届いていない方、転入した方は連絡してください。

健康管理課(内線475)

予防接種

	対象	今月の該当児	実施場所
ジフテリア・百日せき・破傷風	生後3～90か月	H17年5月生まれ	市内指定
麻疹(はしか)	生後12～90か月	H16年8月生まれ	
風しん	生後12～90か月	H16年8月生まれ	医療機関
(麻疹が終了してから)			

●定期結核予防接種(BCG)のお知らせ
9月の実施日は2日(金)対象は平成17年5月生まれ、16日(金)対象は平成17年6月生まれ、28日(水)は予備日です。結核予防法の改正により、生後6か月を超えた乳児は公費負担によるBCG接種ができなくなりました。

健康管理課(内線340)

相談

	と き	時 間	会 場	内 容	申し込み・問い合わせ
健康・育児相談	月～金(祝日を除く)	8:30～17:00	健康管理課	子どもからお年寄りまで健康に関すること何でも	健康管理課(内線516)
こころの電話相談	月～金(祝日を除く)	8:30～17:00		不安焦燥感・ストレス・依存症などこころの悩みについての電話相談	”(内線537)
栄養相談	12日(月)	10:00～12:00	保健相談	食事と栄養に関すること何でも(要予約)	”(内線497)
歯科相談		13:00～15:00	センター	虫歯のチェック、歯槽膿漏予防など歯に関すること何でも(要予約)	”(内線516)
各地区での健康・育児相談	●開北・水押 7日(水) 10:00～11:30 ●緑町・松並 9日(金) 10:00～11:30 ●大街道育児相談 9日(金) 10:00～11:30		開北会館 松緑会館 大街道会館	●渡波 15日(木) 10:00～11:30 ●伊原津 16日(金) 10:00～11:30 ●蛇田育児相談 30日(金) 10:00～11:30	渡波公民館 鹿妻分館 蛇田公民館

※保健相談センターご利用の方は、駐車場が手狭なため、最寄りの駐車場をご利用願います。

教室

	と き	受付時間	会 場	対 象 / 内 容	申し込み・問い合わせ
離乳食教室	22日(木)	13:15～13:30	保健相談センター	5～8か月児の保護者の方。離乳の進め方など試食を通してのお話(要予約 定員15組)	健康管理課(内線497)
ママ楽々くらぶ	13日(火)	10:50～12:00		子育て中のイライラや不安などの個別相談。託児あり(要予約)	”(内線276)

認知症専門相談

専門医による個別相談を行い、認知症の早期発見と上手な関わり方についてアドバイスします。(要予約)
と き 9月26日(月)
9:00～12:00
ところ 石巻市保健相談センター
相談医 こだまホスピタル 神垣 嘉光先生
対 象 認知症なのかどうか心配な方や家族
申・問 健康管理課(内線515)

簡単クッキング受講者募集

簡単にできるおやつ作りを通して、食事と間食のバランスについて勉強してみませんか。
と き 10月5日(水)
10:00～13:00
ところ 石巻市保健相談センター
定 員 20人
食材料費 1人300円程度
持ち物 筆記用具、エプロン、三角巾
締め切り 9月16日(金)
申・問 健康管理課(内線497)

身体の不自由な方の健診

申し込みされた方には通知書を郵送します。追加申し込みもできますのでご連絡ください。
と き 9月20日(火)
13:00～15:00
ところ 石巻市保健相談センター
対 象 車椅子・松葉づえで移動のできる方
※基本健診と肺がん・結核検診および前立腺がん検診が受けられます。
申・問 健康管理課(内線476)

シルバークッキング(アンコール編)

高齢期を元気に過ごすため、食事のお話と調理実習、簡単な体操をします。
と き 9月27日(火)
10:00～13:30
ところ 石巻市保健相談センター
対 象 おおむね65歳以上(定員15名)
持ち物 筆記用具、エプロン、三角巾 ※食材料費は実費
締め切り 9月20日(火)
申・問 健康管理課(内線497)

まもなく終了します。

基本健康診査は14日、胃がん検診は10月7日までです。忘れずに受診しましょう。追加申し込みや通知書が届かない場合はご連絡ください。
問 健康管理課(内線476)

夜間急患センターの診療時間

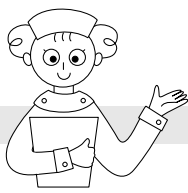
☎94-5111

診療科	診察日	診療時間
内 科	毎 夜	午後6:00～翌朝8:00
		午後7:00～10:30(受付時間)
外 科	月～木	午後7:00～翌朝8:00
	金	午後7:00～翌朝8:00
	土	午後6:00～翌朝8:00
小児科	日・祝日	午後6:00～翌朝6:30

※平日(月～木)の小児科は、午後10時30分以降医師不在のため診療できませんのでご了承願います。

愛の献血

7日(水)	9:30～12:00 13:00～16:00	市役所第一分庁舎	本庁健康管理課 ☎95-1111(内線512)
8日(木)	10:00～13:00 14:00～16:00	雄勝総合支所	雄勝総合支所 ☎57-3611
13日(火)	10:00～11:00 13:00～14:00 15:00～16:00	東浜小学校 荻浜支所 桃浦漁村センター	本庁健康管理課 ☎95-1111(内線512)
23日(金)	10:00～12:00 13:00～15:30	渡波公民館	
30日(金)	10:00～12:00 13:30～16:00	あさひ電子(株) 河南高等学校	河南総合支所 ☎72-2094



9月の

健康コーナー

本庁・各総合支所はその地区が対象となります。



9月の休日急患担当医

日	土曜日	日曜日	休日
	産婦人科	内科	小児科
3	川村産婦人科医院 (新橋)93-7600	石巻中央し内科クリニック (中央一)95-3123	田中小児科医院 (千石町)22-1714
10	齋藤産婦人科医院 (中央三)22-0707	東海林内科胃腸科医院 (門脇字二番谷池)96-2823	中山こどもクリニック (中里三)95-4121
17	ほんだ産婦人科クリニック (鹿妻南一)94-0303	久門医院 (垂水町)97-4141	あいかわ小児クリニック (丸井戸三)92-8805
24	あねは産婦人科クリニック (中央一)22-0805	堀川内科胃腸科医院 (住吉町一)22-3277	阿部こどもクリニック (千石町)22-1152
		上石内科クリニック (清水町一)22-2602	北川小児科医院 (千石町)22-0208
		石巻港湾病院 (門脇町一)94-9195	堺小児科医院 (中央一)22-0820
			三浦泌尿器科医院 (新橋)95-1961
			中嶋外科医院 (立町二)22-5676
			鈴木整形外科クリニック (鹿妻北一)92-7707
			森消化器内外科科 (新橋)23-2151
			二宮外科医院 (住吉町一)22-0202
			佐藤整形外科医院 (中央一)95-1755
			川村産婦人科医院 (新橋)93-7600
			門脇産婦人科クリニック (門脇町一)22-6480
			齋藤産婦人科医院 (中央三)22-0707
			ほんだ産婦人科クリニック (鹿妻南一)94-0303
			あねは産婦人科クリニック (中央一)22-0805
			かとうデンタルクリニック (向陽町四)23-8077
			デンタルクリニック齋藤 (穀町)23-5566
			さくらんぼ歯科クリニック (蛇田字新西前池)93-9339
			ささき歯科クリニック (門脇字四番谷池)92-1182
			こだま歯科クリニック (泉町三)23-5677
			休日診療所 (中里三)94-1822
			館田医院 (旧屋敷)62-3036
			釜谷診療所 (釜谷)64-2101
			紫桃医院 (鹿又)75-2325
			成田医院 (飯野川中町)62-3221
			木村医院 (成田)62-3039
			簡野医院 (鹿又)74-2244
			仙石病院 (赤井)83-2111
			しし内科クリニック (赤井)83-8830
			仙石病院 (赤井)83-2111
			真壁病院 (矢本)82-7111
			きくべえクリニック (赤井)83-7373
			安倍医院 (矢本)82-5351

●担当医は変更になることがあります。各医療機関にご確認の上、受診してください。●歯科の「休日診療所」は石巻口腔健康センター内です。

市立病院

受付時間 ☎23-3200

初診 8:00~11:00 再診 8:00~11:30

●耳鼻咽喉科の月曜日の受け付けは、初診、再診ともに10:30~12:30、診療は11:00からです。

診療科	診察日
呼吸器科	月~金
消化器科	
循環器科	
外科	月・木
皮膚科	
放射線科	月・木
整形外科	
耳鼻咽喉科	火
婦人科	月・水・木
眼科	

雄勝病院

☎57-3111

受付時間
8:30~11:30
13:30~15:00

診療科	診察日
内科	月~金
外科	火~土
歯科	火~土

牡鹿病院

☎45-3185

受付時間
8:30~11:30
13:30~16:00

診療科	診察日
内科	月~金
外科	火・金
歯科	火・金
整形外科	火・金

公立深谷病院

☎73-2111

受付時間 初診 8:20~11:30
再診 7:30~11:30

●一部の科、午後診療あり
●休日夜間診療は随時

診療科	診察日
内科	月~金
消化器科	
呼吸器科	
外科	月~金
循環器科	
産婦人科	月~水・金
整形外科	月~水・金
眼科	月・水・金
耳鼻いんこう科	木

河北歯科診療所の受付時間は、月・火・水・金曜日は午前9時から午後5時まで、木・土曜日は午前9時から正午までです。相川診療所の第2・4土曜日は、しばらくの間休診します。

石巻市立病院

普通の風邪は、最初の症状が出てから受診されるまでの間の数日が経てばたつほどにその症状は変わってきますので、その辺をきちんと話していただくと大変参考になります。普通の風邪のほとんどがウイルスによって引き起こされているのですが、風邪症状を起

すウイルスは200種類くらいあるといわれています。この中には大変軽い症状で治ってしまうものから、脳炎や心筋炎を起こして生命の危険にさらされるものまで、これまた多種多様です。昔から「風邪は万病のもと」と言われていますが、真にその通りで、ウイルス感染によって体力を消耗している時には、他の病気にも掛かりやすくなっているのです。したがって、細菌感染初期症状だったり、細菌感染性の肺炎だったり、麻疹や風疹、伝染性単核球症、アレルギー性鼻炎であることもあります。

普通風邪は、最初の症状が出てから受診されるまでの間の数日が経てばたつほどにその症状は変わってきますので、その辺をきちんと話していただくと大変参考になります。普通の風邪のほとんどがウイルスによって引き起こされているのですが、風邪症状を起

すウイルスは200種類くらいあるといわれています。この中には大変軽い症状で治ってしまうものから、脳炎や心筋炎を起こして生命の危険にさらされるものまで、これまた多種多様です。昔から「風邪は万病のもと」と言われていますが、真にその通りで、ウイルス感染によって体力を消耗している時には、他の病気にも掛かりやすくなっているのです。したがって、細菌感染初期症状だったり、細菌感染性の肺炎だったり、麻疹や風疹、伝染性単核球症、アレルギー性鼻炎であることもあります。

風邪？

健康コラム



市立牡鹿病院院長
江川 南翔

普通風邪は、最初の症状が出てから受診されるまでの間の数日が経てばたつほどにその症状は変わってきますので、その辺をきちんと話していただくと大変参考になります。普通の風邪のほとんどがウイルスによって引き起こされているのですが、風邪症状を起

すウイルスは200種類くらいあるといわれています。この中には大変軽い症状で治ってしまうものから、脳炎や心筋炎を起こして生命の危険にさらされるものまで、これまた多種多様です。昔から「風邪は万病のもと」と言われていますが、真にその通りで、ウイルス感染によって体力を消耗している時には、他の病気にも掛かりやすくなっているのです。したがって、細菌感染初期症状だったり、細菌感染性の肺炎だったり、麻疹や風疹、伝染性単核球症、アレルギー性鼻炎であることもあります。