

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6月生まれ	12日(水)・20日(木)・28日(金)	12:45～13:00	保健相談 センター
1歳児すくすく教室	H16年9月生まれ	14日(金)・19日(水)・24日(月)	9:30～9:45	
1歳6か月児健診	H16年2月生まれ	7日(金)・18日(火)・26日(水)	12:30～12:45	
2歳児歯科健診	H15年3月生まれ	5日(水)・11日(火)・27日(木)	12:45～13:00	
3歳児健診	H14年4月生まれ	13日(木)・21日(金)・25日(火)	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6月生まれ	市内指定 医療機関
麻疹(はしか)	生後12～90か月	H16年9月生まれ	
風しん (麻疹が終了してから)	生後12～90か月	H16年9月生まれ	

●秋期経口生ポリオワクチン投与のお知らせ

11月にポリオワクチン投与を実施します。90か月未満で2回投与が終っていない幼児は予約してください。

今回の該当者は平成16年7月1日から平成17年6月30日までの生まれの方です。(該当者には通知しますので、予約はいりません。)

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	17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 ●緑町・松並 ●大街道育児相談	5日(水) 10:00～11:30 14日(金) 10:00～11:30 7日(金) 10:00～11:30	開北会館 松緑会館 大街道会館	●渡波 13日(木) 10:00～11:30 ●伊原津 21日(金) 10:00～11:30	渡波公民館 鹿妻分館

※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	27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	12日(水)	10:00～12:00		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)

いきいき脳の個別健康相談

認知症の早期発見・予防のために保健師による相談会を開催します。

ボケたかな?と心配な方やご家族の方どうぞ。(要予約)

と き 10月25日(火)
13:30～15:30
ところ 石巻市保健相談センター
申・問 健康管理課(内線419)

高齢者インフルエンザ予防接種

10月中旬から公費負担による予防接種を行います。(日程などの詳細はお問い合わせください。)

対 象 ①65歳以上の方
②60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器に重い障害があり、医師の診断書または身体障害者福祉手帳の写しを提示できる方。

と ころ 旧石巻市内の医療機関
※予防接種を実施していない医療機関もありますので必ず確認してください。

自己負担金 1,000円
申・問 健康管理課(内340)

医師による心の相談会

心の病気とは何なのか、どう接したらよいのか、治療は?そんな悩みについての相談を行います。プライバシーは守られますのでお気軽にご相談ください。(要予約)

と き 10月19日(水)13:30～
と ころ 石巻市保健相談センター
担 当 赤坂病院 赤坂 正院長
申・問 健康管理課(内線537)

大腸がん検診

10月4日(火)から始まります。申し込みした方には、検診票と容器を配布します。検診期間を確認の上、検診実施医療機関で受けてください。

追加申し込みをする場合は、ご連絡ください。

※なお、しらはた医院(千石町4-39)は廃院したため、検診することができません。

申・問 健康管理課(内線476)

まもなく終了します。

子宮がん検診は今月20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。

申・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
外 科		午後7:00～10:30(受付時間)
小 児 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
	日・祝日	午後6:00～翌朝6:30

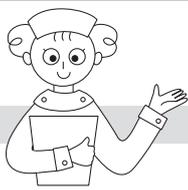
※平日(月～木)の小児科は、午後10時30分以降医師不在のため診療できませんのでご了承ください。

愛の献血

全血のみとなります。

3日(月)	10:00～12:00 協業組合石巻浄化槽管理センター 13:30～16:00 株式会社 ヤマニシ	
15日(土)	10:00～12:00 ヨークベニマル大街道店 13:30～16:00 宮城県トラック協会石巻支部	問 本庁健康管理課 ☎95-1111(内線512)
16日(日)	10:00～12:00 石巻市魚市場 13:30～15:00 (大漁まつり)	
24日(月)	10:00～12:00 株式会社 堀尾製作所 13:30～16:00 スーパーセンターステップワン	問 河南総合支所 ☎72-2094
28日(金)	10:00～12:00 金港堂・ビビホームユノメ石巻店	問 本庁健康管理課
31日(月)	10:00～12:00 ウジエスーパー石巻山下店	☎95-1111(内線512)

※会場の都合により、日程が変更になる場合がありますのでご了承ください。



10月の

健康コーナー



10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
1	川村産婦人科医院 (新橋)93-7600	千葉内科クリニック (住吉町二)21-6336	佐久間眼科小児科医院 (八幡町一)92-7651
8	齋藤産婦人科医院 (中央三)22-0707	佐藤神経内科医院 (大手町)22-5522	あおば小児クリニック (門脇青葉西)93-9693
15	あべクリニック産科婦人科 (大街道)22-3322	大街道じゅんクリニック (門脇西番谷)92-1092	田中小児科医院 (千石町)22-1714
22	やまもと産婦人科 (門脇西番谷)93-7000	みなとの内科クリニック (吉野町)96-4204	中山こどもクリニック (中里三)95-4121
29	あなは産婦人科クリニック (中央一)22-0805	宮城クリニック (中里七)22-5410	あいかわ小児クリニック (丸井戸三)92-8805
		外 科	産婦人科
		ささき整形外科医院 (大橋二)22-3121	川村産婦人科医院 (新橋)93-7600
		池田整形外科医院 (蛇田宇東道下)23-2111	齋藤産婦人科医院 (中央三)22-0707
		鈴木整形外科クリニック (鹿妻北一)92-7707	ほんだ産婦人科クリニック (鹿妻南一)94-0303
		三浦泌尿器科医院 (新橋)95-1961	あべクリニック産科婦人科 (大街道)22-3322
		中嶋外科医院 (立町二)22-5676	やまもと産婦人科 (門脇西番谷)93-7000
		たてだ医院 (大街道)22-2741	あなは産婦人科クリニック (中央一)22-0805
			小野歯科医院 (鑄銭場)94-2897
			歯 科
			三宅歯科医院 (中央一)22-1448
			横山歯科医院 (大手町)21-1711
			小林歯科クリニック (蛇田宇北塔塚)92-9889
			デンタルクリニックことうの (開北二)21-8280
			かつま歯科クリニック (鹿妻南二)93-6480
			河北地区
			東松島市 矢本地区
			休日診療所(中里三)941822
			舘田医院 (旧屋敷)62-3036
			加藤医院 (矢本)82-2030
			釜谷診療所 (釜谷)64-2101
			みやぎ東部循環器科 (赤井)82-9930
			紫桃医院 (鹿又)75-2325
			藤野整形外科 (矢本)83-2121
			成田医院 (飯野川中町)62-3221
			いしがきみはなクリニック (矢本)84-1187
			木村医院 (成田)62-3039
			ひかりサテライトクリニック (矢本)84-1333
			簡野医院 (鹿又)74-2244
			石垣クリニック (矢本)83-7070

●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	皮膚科	
放射線科		
整形外科	耳鼻咽喉科	月・木
婦人科	科	火
眼科	科	月・水・木

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~土
歯科	火~土
整形外科	火・金

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。

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	循環器科	月~金
産婦人科	リハビリテーション科	
整形外科	科	月・火・金
眼科	科	月・水・金
耳鼻いんこう科	科	木



石巻市立病院

生活習慣病とは「食生活習慣」から起る病気を意味します。どなたも無縁ではありません。おまかには、塩分Ⅱ高血圧、糖分Ⅱ糖尿病、脂肪Ⅱ高脂血症などです。ところが初期の高血圧・糖尿病・高脂血症は、痛くも痒くありません。検診で初めて気付く場合がほとんどです。無症状ですから、あえて混み合う病院に行こうとは思いません。しかし、後日これらが原因で「視力障害」「腎障害」「脳梗塞」「心筋梗塞」などの症状が出た時には、長期治療が必要だったり、後遺症が残ってしまったり、ご自身のみならずご家族も大変な状況になっていく場合が多く見られます(決して手遅れではありませんが)。

無症状段階の生活習慣病「高血圧、糖尿病、高脂血症」を放置した場合、長期間に血管内に変化が起り、血流が障害されて「脳梗塞、心筋梗塞」などの重い病気に

健康コラム

健康への先行投資

(ご家族みんなの為に)
— 予防の薬も大切、生活習慣病 —



市立病院 内科部長
あきひと 森安 章人

生活習慣病とは「食生活習慣」から起る病気を意味します。どなたも無縁ではありません。おまかには、塩分Ⅱ高血圧、糖分Ⅱ糖尿病、脂肪Ⅱ高脂血症などです。ところが初期の高血圧・糖尿病・高脂血症は、痛くも痒くもありません。検診で初めて気付く場合がほとんどです。無症状ですから、あえて混み合う病院に行こうとは思いません。しかし、後日これらが原因で「視力障害」「腎障害」「脳梗塞」「心筋梗塞」などの症状が出た時には、長期治療が必要だったり、後遺症が残ってしまったり、ご自身のみならずご家族も大変な状況になっていく場合が多く見られます(決して手遅れではありませんが)。

生活習慣病とは「食生活習慣」から起る病気を意味します。どなたも無縁ではありません。おまかには、塩分Ⅱ高血圧、糖分Ⅱ糖尿病、脂肪Ⅱ高脂血症などです。ところが初期の高血圧・糖尿病・高脂血症は、痛くも痒くもありません。検診で初めて気付く場合がほとんどです。無症状ですから、あえて混み合う病院に行こうとは思いません。しかし、後日これらが原因で「視力障害」「腎障害」「脳梗塞」「心筋梗塞」などの症状が出た時には、長期治療が必要だったり、後遺症が残ってしまったり、ご自身のみならずご家族も大変な状況になっていく場合が多く見られます(決して手遅れではありませんが)。

生活習慣病とは「食生活習慣」から起る病気を意味します。どなたも無縁ではありません。おまかには、塩分Ⅱ高血圧、糖分Ⅱ糖尿病、脂肪Ⅱ高脂血症などです。ところが初期の高血圧・糖尿病・高脂血症は、痛くも痒くもありません。検診で初めて気付く場合がほとんどです。無症状ですから、あえて混み合う病院に行こうとは思いません。しかし、後日これらが原因で「視力障害」「腎障害」「脳梗塞」「心筋梗塞」などの症状が出た時には、長期治療が必要だったり、後遺症が残ってしまったり、ご自身のみならずご家族も大変な状況になっていく場合が多く見られます(決して手遅れではありませんが)。