

# 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 杜鹿総合支所含む

健診・教室名	対 象	と き	会 場	受付時間	注意事項
3～4か月児健診	H19年 8月生まれ	11日(火)19日(水)27日(木)	保健相談センター	12:45～13:00	各健診票は、個人通知します。場所・持ち物などは通知票で確認してください。対象日に受けられない場合、他の日程で受けることができます。
1歳児よちよち相談	H18年11月生まれ	4日(火)14日(金)25日(火)		9:30～9:45	
1歳6か月児健診	H18年 4月生まれ	6日(木)12日(水)18日(火)		12:30～12:45	
2歳児歯科健診	H17年 5月生まれ	5日(水)13日(木)21日(金)		12:45～13:00	
3歳児健診	H16年 6月生まれ	7日(金)20日(木)26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276)

## 予 防 接 種

接 種 名	対 象	今月の該当児	受付時間	注意事項
ジフテリア・百日せき・破傷風	生後3か月～90か月	H19年8月・9月生まれ	年間通して、市内指定医療機関で実施します。予診票は個人通知します。接種を受ける前に医療機関に予約を入れてください。持ち物:母子健康手帳、予診票 料 金:無料	●予防接種予診票について 予診票は個人通知していますが、転入された方や紛失した方など、予診票がお手元ない場合は、下記までご連絡ください。
麻しん・風しん混合 (麻しんおよび風しんの単独ワクチンも含む。)	1期 生後12か月～24か月 2期 5歳以上7歳未満 (小学校就学前の1年間にある方)	H18年12月生まれ H13年4月2日～H14年4月1日 生まれ(H20年度に小学校へ入学するお子さん)		
B C G 接 種	生後3か月～6か月未満	H19年9月生まれ		

●BCG接種は、生後3か月から6か月未満のお子さんが対象です。お子さんが生後6か月を迎える前々日まで受けましょう。

健康管理課 (内線340)

●日本脳炎は原則中止となっています。ただし、日本脳炎の流行している地域に渡航するなど、日本脳炎に感染するおそれが高い場合は、接種する旨の同意書を記入の上、接種することができます。詳しいことはお問い合わせください。

## 相 談

相 談 名	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	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276)
こころの電話相談	(祝日を除く)			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	健康管理課(内線537)
母子手帳交付・相談	毎週火曜日	9:00～11:30	保健相談センター	母子健康手帳交付と妊娠・出産・育児に関する相談	健康管理課(内線276)
栄養相談	10日(月)	10:00～12:00		食事と栄養に関すること何でも(要予約)	健康管理課(内線497)
歯科相談	10日(月)	13:00～15:00		むし歯のチェック、歯周病予防など歯に関すること何でも(要予約)	
地区健康相談	●開北・水押 5日(水) 10:00～11:30	開北会館			

## 教 室

教室名	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	20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)

※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。

## インフルエンザを予防しましょう

インフルエンザが流行する季節です。インフルエンザにかかると、かぜによく似た症状がでますが、普通のかぜと比べて全身症状が強く、気管支炎や肺炎などを合併し、重症化することが多いのが特徴です。

### ＜インフルエンザの主な特徴＞

- ・38℃～40℃の高熱が続く(一度下がった熱が再びでることも多い)
- ・激しいせきや鼻水が出る ・関節痛、筋肉痛、腰痛
- ・のどが強く痛む ・悪寒や頭痛

### ＜予防のために＞

- ・流行前にインフルエンザのワクチン接種をしましょう(かかっていても軽い症状で済みます) ・流行期に人込みが多い場所には行かないようにしましょう ・外出するときはマスクを忘れずに
- ・うがい、手洗いはこまめにしましょう ・加湿器などで部屋の乾燥を防ぎましょう ・日ごろから十分な栄養や休息を取りましょう

☎ 健康管理課(内線340)

## 高齢者のインフルエンザ 予 防 接 種

(本庁地区対象)

インフルエンザ予防接種を公費負担で受けられるのは、12月27日(木)までです。希望される方は早めに予約してください。

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

☎ 健康管理課(内線340)

## 心理カウンセラー による 心の相談会



不眠・不安感・ストレス・イライラ・依存症など心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のでお気軽にご相談ください。(予約制)

と き 4日(火) 午後1時～  
と ころ 石巻市保健相談センター  
担 当 心理カウンセラー  
今野 廣子先生

☎・☑ 健康管理課(内線537)

あさ7:30より診療致しております。

医療法人 玄秀会

## 千葉内科クリニック

院長 千葉 秀三

診療時間	火	水	木	金	土
午前 [7:30～12:00]	○	○	○	○	○
午後 [2:30～5:00]	○	○	○	○	○

土曜午後も診療!!  
日・月・祝日 休診

カードでの支払いも  
可能になりました。

石巻市住吉町 ☎21-6336 ◆人間ドック随時予約受付◆  
http://www.chibanaika.com



暮らしの特Q隊

HANDYMAN



「リバーサービス」  
「真心こころ」前部を拡大しています。

24時間対応! お見積もり無料!

安心ダイヤル24 ☎0120-972-025  
～桃生・河内・矢本地区受付始まりました～

- ☑ お掃除サービス
- ☑ ハウスリフォームサービス
- ☑ 引っ越しお手伝いサービス
- ☑ エアコンサービス
- ☑ その他(特殊作業・遺品整理・盗聴器発見業務など)
- ☑ 水廻りメンテナンスサービス
- ☑ 害虫駆除サービス
- ☑ 一般作業業務
- ☑ シルバーサービス

基本料金:1時間¥3,000～



# 12月・年末年始の休日急患担当医

日	土曜日	日曜日	休日
産婦人科	産婦人科	産婦人科	産婦人科
1	ほんた産婦人科クリニック (鹿妻南一) 94-0303	亀田内科皮膚科クリニック (大街道南五) 95-6118	阿部こどもクリニック (千石町) 22-1152
8	おバケクリニック産科婦人科 (大街道西二) 22-3322	宮城クリニック (中里七) 22-5410	北川小児科医院 (千石町) 22-0208
15	やまもと産婦人科 (大街道北三) 93-7000	かわらだ内科胃大腸クリニック (鑄銭場) 21-5335	佐久間眼科小児科医院 (八幡町一) 92-7651
22	あなは産婦人科クリニック (中央一) 22-0805	佐藤内科医院 (門脇町三) 22-3020	あおば小児クリニック (門脇青葉西) 93-9693
		みうら内科クリニック (住吉町一) 93-1093	田中小児科医院 (千石町) 22-1714
			中山こどもクリニック (中里三) 95-4121
			齋藤病院 (山下町一) 96-3251
			阿部こどもクリニック (千石町) 22-1152
			鈴木整形外科クリニック (鹿妻北一) 92-7707
			ほんた産婦人科クリニック (鹿妻南一) 94-0303
			高橋消化器内科 (千石町) 95-1621
			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
			石巻診療所 (穀町) 23-0125
			やまもと産婦人科 (大街道北一) 93-7000
			デンタルクリニック藤 (穀町) 23-5566
			石巻港湾病院 (門脇町一) 94-9195
			みなとの内科クリニック (吉野町) 96-4204
			佐久間眼科小児科医院 (八幡町一) 92-7651
			森消化器内科外科 (新橋) 23-2151
			おバケクリニック産科婦人科 (大街道西二) 22-3322
			阿部産科医院 (末広町) 96-6546
			石巻中央きし内科クリニック (中央一) 95-3123
			いのまき吹クリニック (大橋三) 21-6117
			あおば小児クリニック (門脇青葉西) 93-9693
			二宮外科医院 (住吉町一) 22-0202
			あなは産婦人科クリニック (中央一) 22-0805
			佐々木小児歯科医院 (蛇田字新西境谷地) 94-0110
			よしろう内科 (住吉町一) 22-3277
			久門医院 (垂水町) 97-4141
			田中小児科医院 (千石町) 22-1714
			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
			藤江産科医院 (南中里一) 95-2313
			佐藤産科医院 (東中里二) 96-8778
			木村産科医院 (中央二) 95-8000
			千葉産科クリニック (蛇田字新坪寺) 94-1771
			小野産科医院 (鑄銭場) 94-2897
			駅前スズキ歯科 (鑄銭場) 95-9333
			駅前もりたデンタルクリニック (穀町) 96-6755
			志摩産科クリニック (中里二) 96-8595
			阿部産科医院 (末広町) 96-6546
			佐々木小児歯科医院 (蛇田字新西境谷地) 94-0110
			藤江産科医院 (南中里一) 95-2313
			釜谷診療所 (釜谷) 64-2101
			真壁病院 (矢本) 82-7111
			紫桃医院 (鹿又) 75-2325
			仙石病院 (赤井) 83-2111
			成田医院 (飯野川町) 62-3221
			加藤医院 (矢本) 82-2030
			櫻井内科クリニック (広洲) 73-3811
			みやぎ東部循環器科 (赤井) 82-9930
			木村医院 (成田) 62-3039
			藤野整形外科 (矢本) 83-2121

● 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 ☎23-3200

受付時間  
初診 8:00~11:00 再診 8:00~11:30  
診療時間 9:00からの診療開始となります。  
●耳鼻咽喉科の月曜日の受け付けは、初診・再診ともに8:00~11:00です。  
●婦人科外来は週2日、女性医師です。  
●外科において乳腺外来日を設けています。(要予約) 診療時間は、14:00~16:30です。

診療科	診察日
内科	消化器科
循環器科	外科
小児科	皮膚科
眼科	放射線科
外科(乳腺)	水・木
耳鼻咽喉科	月・木
婦人科	火・金
呼吸器科	火

## 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	
歯科	

河北歯科診療所の受付時間は、月・火・水・金曜日は9:00~17:00までで、木・土曜日は9:00~12:00までです。

## 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	
歯科	
整形外科	

水(ただし、第3水曜日は休み)

## 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/外科	毎夜	午後6:00~翌朝8:00
小児科	月~木	午後7:00~10:30(受付時間)
	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願います。  
※小児科の対象年齢は、中学生までとなります。

## 年末年始診療時間のお知らせ

小児科診療は、下記のとおりです。  
12月29日(土)~  
平成20年1月2日(水)  
午後6:00~翌朝8:00  
平成20年1月3日(木)  
午後6:00~翌朝6:30

ダスキンのシニアケアホームインステッドは  
**年末年始も休まず** サービスをお届けします。

〈通常サービス〉2時間 / 3,780円

24時間 365日 対応

☐冷蔵庫や食器棚の整理 ☐年末の買い出し  
☐一時退院される方のお世話 ☐お正月のお食事作り  
☐認知症の方のお世話 何でもご相談ください

ご希望にはダスキンが責任をもって対応。サービスには損害賠償保険を完備。

**ホームインステッド 石巻松島ステーション**  
〒986-0806 石巻市開北3丁目1-8 ☎0120-551-295

医療法人社団  
**佐藤歯科医院**

虫歯と歯周病の予防相談  
定期的な歯石除去、フッ素塗布行います  
診療時間8:45~6:00 休診日日曜・祝日  
石巻市東中里2-3-3(県合同庁舎向かい)  
☎0225(96)8778

歯科・口腔外科

至開北橋  
至石巻大橋  
ヨールカ堂  
合同庁舎  
石巻駅