

# 4月の子育て支援コーナー

## 市子育て支援センター(石巻地区保育所内(中央児童館))

申・問 ☎FAX94-2366

### ★「わくわく」開設

～小さいお子さんがいるご家族のためのフリースペースです～

と き 月曜日…15日、22日 水曜日…17日  
午前9時30分～正午

ところ 中央児童館放課後児童クラブ室

※費用無料・予約不要

※上記時間ならいつ来てもいつ帰っても自由です。玩具や絵本を用意してありますので、ぜひご利用ください。

### ★あそびの広場

#### ●かもめ学園

・いちご(0歳～1歳半)11日(木)・みかん(1歳半～2歳半)18日(木)  
・めろん(2歳半以上)25日(木)

#### ●稲井公民館(2階和室)

・いちご(0歳～2歳未満)19日(金)・めろん(2歳以上)12日(金)  
・フリー(0歳～未就学児)26日(金)

#### ●うしお荘(※いちごは1階和室、めろん・フリーは2階大広間)

・いちご(0歳～2歳未満)23日(火)・めろん(2歳以上)16日(火)  
・フリー(0歳～未就学児)9日(火)

と き 午前10時～11時(受付 午前9時30分～9時50分)

※10時から活動が始まりますので、受付時間内にお越しください。

持ち物 水分補給用の飲み物

※費用無料・申込不要

※路上駐車や指定の場所以外への駐車はご遠慮ください。

※ご不明な点はお問い合わせください。

## 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 2日(火)、16日(火)、30日(火)  
・2歳6カ月以上グループ 9日(火)、23日(火)

### ★すくすく赤ちゃん

・ネンネ・寝返りグループ 4日(木)、18日(木)  
・ヨチヨチ・ハイハイグループ 11日(木)、25日(木)

### ★ツインズ・デーと孫育て広場

と き 午前10時～11時30分 ※費用無料・申込不要

### ★たまご・ひよこサロン

と き 22日(月)

### ★育児講座 ・「あきらちゃん&ラーメンちゃんコンサート」

と き 24日(水) 午後4時～ 定員 20組程度

※費用無料・要予約

・「手づくりおもちゃ」 と き 12日(金) 定員 20組程度

※費用無料・要予約

## 河北子育て支援センター

申・問 飯野川保育所内 ☎61-1601・FAX62-2359

### ★あそびのひろば

～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、みんなでお楽しみましょう～

と き 午前10時～11時30分

・0歳～1歳親子 10日(水)、17日(水)、24日(水)

・2歳以上親子 11日(木)、18日(木)、25日(木)

・ひろば開放日 8日(月)、15日(月)、22日(月)

※15日(月)は自由開放日になります。

持ち物 水筒(お茶または水)、着替え、手拭ハンカチ

## 雄勝子育て支援事業 キッズ広場

申・問 雄勝総合支所保健福祉課 ☎57-3611

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 毎週月・水・金曜日(変更になる場合あり)

毎週火・木曜日 電話相談

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

※詳しい内容については市ホームページをご参照ください。

持ち物 親子の飲み物(お茶や水)、着替え(おむつ等)

## 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 ☎FAX76-4521

### ★遊びの広場 午前9時30分～11時30分

・0～1歳親子 11日(木)、18日(木)、25日(木)

・2歳以上親子 10日(水)、17日(水)、24日(水)

・広場開放日 9日(火)、16日(火)、23日(火)、30日(火)

※持ち物 親子の飲み物(お茶か水)、おしぼり、着替え等

### ★どんぐり子育て広場「はじまりの会」

と き 26日(金) 午前10時～11時30分

ところ 桃生保健センター

内 容 あきらちゃんとラーメンちゃんの親子コンサート

参加費 1家族100円(保険代・当日集金)

申込方法 申込用紙(キッズホームにあります)にご記入の上、

キッズホームまで申し込んでください。

申込期限 25日(木)

## 河南子育て支援センターパプラ

申・問 ☎FAX72-4670

### ★わいわいサロン 河南農村環境改善センター(パプラ)2階

と き 午前9時30分～11時30分

・0～1歳親子 9日(火)、16日(火)、23日(火)、30日(火)

・2歳以上親子 4日(木)、11日(木)、18日(木)

持ち物 親子の飲み物、上靴、外靴入れ、着替え等

### ★自由開放 河南農村環境改善センター(パプラ)2階

と き 8日(月) 午前9時～11時30分

※昼食をとる方は午後1時まで

持ち物 親子の飲み物、上靴、外靴入れ、着替え、昼食をとる方はお弁当等

### ★スクエア子育てひろば

・「はじまりの会」

と き 25日(木) 午前10時～正午ころ

午前9時45分までお集まりください。

ところ 河南農村環境改善センター(多目的ホール)

参加費 1家族200円(写真代・謝礼代)

内 容 「あきらちゃんとラーメンちゃんのコンサート」

持ち物 親子の上靴(運動靴)、親子の飲み物、おしぼり、敷物、着替え

申込方法 参加費を添えて23日(火)まで申し込みください。

◎22年度・23年度の親子写真をお渡ししています。取りに来てく

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

### ★あそびのひろば(ところ 相川保育所内)

・15日(月)、22日(月) 午前9時30分～11時30分

持ち物 親子の上靴、飲み物、着替え(おむつ等)

### ★ひまわりキッズ(ところ 北上保健センター)

・17日(水)、24日(水) 午前10時～11時30分

持ち物 親子の上靴、飲み物、着替え(おむつ等)

## 牡鹿地区子育て支援

申・問 牡鹿総合支所保健福祉課 ☎45-2113

### ★子育て支援事業「ぐんぐんすくすく」

親子の遊びの広場です。お気軽にご参加ください。はじめての親子

も大歓迎!みんなで楽しく遊ぼう!!

と き 25日(木) 午前10時～11時30分

ところ 牡鹿保健福祉センター(清優館)

対 象 未就園児のお子さんとお保護者

# 4月の健康コーナー

## みんなの楽しくダンベルクラブ

玄米ダンベル体操は子どもから高齢者まで無理なく使えるように工夫されたもので生活習慣病予防、介護予防、健康づくり等さまざまな効果を実感できます。かなん楽しくニギニギ隊が主体になり健康づくりや仲間づくりの場になっています。どなたでも参加できます。

と き 23日(火) 午前9時30分～11時

ところ 遊楽館アリーナ

持ち物 上靴、玄米ダンベル(貸出あり)、汗ふきタオル、飲み物

申・問 河南総合支所保健福祉課 ☎72-2094 (内線276)

## 愛の献血

16歳～69歳の健康な方は献血にご協力をお願いします。

と き・ところ ※会場、日程等は変更となる場合もあります。

5日(金) 午前10時～午後0時30分 宮城県石巻合同庁舎

14日(日) 午前10時～午後4時30分 カワチ薬品石巻西店

27日(土) 午前10時～午後4時30分 イオンモール石巻店

30日(火) 午前10時～午後4時30分 イオンモール石巻店

※午後0時30分～1時30分は休憩

※イオンモール石巻 18歳以上は400ml献血のみ

問 健康推進課(内線2418)

## 乳幼児の健診・相談・教室

対象地区	健診・教室名	対 象	と き	受付時間	と ころ
石巻	3～4カ月児健診	H24年12月生まれ	10日(水)・18日(木)・26日(金)	12:45～13:00	市保健相談センター
	1歳児よちよち相談	H24年3月生まれ	15日(月)・22日(月)	9:30～9:45	
	1歳6カ月児健診	H23年8月生まれ	5日(金)・16日(火)・24日(水)	12:30～12:45	
	2歳児歯科健診	H22年9月生まれ	19日(金)・23日(火)		
	3歳児健診	H21年10月生まれ	12日(金)・17日(水)・25日(木)	13:15～13:30	
	離乳食教室	5～8カ月児の保護者の方 定員 15組(要予約)	9日(火) 内容:離乳の進め方のお話 申・問 健康推進課(内線2428)		
河北 雄勝 北上	すくすく赤ちゃん相談	H24年9月～10月生まれ	24日(水)	9:30～9:45	河北総合センター (ビッグバン)
	1歳児よちよち相談	H24年3月～4月生まれ	24日(水)	13:00～13:15	
	3歳児健診	H21年9月～10月生まれ	10日(水)	12:30～12:45	
河南 桃生	3～4カ月児健診	H24年12月生まれ	26日(金)	12:45～13:00	河南母子健康センター
	7～8カ月児すくすく相談	H24年8月生まれ	9日(火)	13:15～13:30	
	1歳児よちよち相談	H24年3月生まれ		9:30～9:45	
	1歳6カ月児健診	H23年8月16日～9月25日生まれ	18日(木)	12:15～12:45	

※今月は牡鹿地区の乳幼児の健診・相談はありません。

## 未熟児養育医療の給付

体重が2,000グラム以下の未熟児の入院治療にかかる医療費の給付の申請手続きの窓口が、平成25年4月より県の東部保健福祉事務所から市の健康推進課に変更になります。

申・問 健康推進課(内線2421)

【健康推進課】☎95-1111

【各総合支所保健福祉課】河北☎62-2117

雄勝☎57-3611 河南☎72-2094

桃生☎76-2111 牡鹿☎45-2113

北上☎67-2301(北上保健センター内)

認定補聴器技能者のいる店 (広告)

●障害者自立支援法補装具取扱店  
認定補聴器専門店(登録第16-1439号)

## デジタル補聴器

### 1カ月無料試聴貸出し

ご来店が難しい場合はお気軽に電話相談ください。(自宅訪問)

めがね補聴器 セガワ

石巻市あけぼの1丁目6-1 TEL.0225-94-3132

医療法人社団 (広告)

## 佐藤歯科医院

歯周病の予防相談  
定期的な歯石除去を行います

診療時間 8:45～12:30  
14:00～18:00  
休診日 木曜・日曜・祝日

石巻市東中里2-3-3(県合同庁舎向かい)  
☎96-8778

(広告)

メガネ・コンタクト・視機能・立体視  
よりよい見え方を追求します!

大街道コンタクト・メガネ

※コンタクトレンズは眼科医の指導のもとにお使いください。  
※各種カードも取り扱っております。

石巻市大街道西二丁目1-29 TEL.0225-23-4333

3月より駅前北通り(合同庁舎近く)に移転いたしました(広告)

駅前北  
消化器内科・呼吸器内科・循環器内科  
内科クリニック

●大腸カメラ ●胃カメラ ●人間ドック  
●船員検診 ●各種予防接種 ●各種健康診断

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:30	○	○	○	○	○	○
午後 2:00～6:00	○	○	休	○	○	休

休診日 日曜日・祝日

石巻市駅前北通り1丁目14番21号 TEL.95-3123

# 4月の健康コーナー

## ◆相談(栄養・歯科相談は要予約)

相談名	とき	時間	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	健康推進課	(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	8日(月)	10:00～12:00	市保健相談センター	(内線2428)
歯科相談	8日(月)	13:00～15:00	市保健相談センター	(内線2417)

## ◆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のでお気軽にご相談ください!

とき	ところ	担当	申・問
12日(金)13:00～	河南母子健康センター	樋口広思先生	河南総合支所 保健福祉課 ☎72-2094
18日(木)10:45～	市役所2階相談室	今野廣子先生	健康推進課 ☎94-9132(内線2421)

## ◆からこ相談ダイヤル: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」  
☎0120-738-556(午前8時～翌朝8時)  
・10日以外毎日  
☎0120-556-189(午後1時～8時)

## ◆わかちあいの会 大切な人を亡くした方の集い

とき 14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)  
☎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

とき 28日(日)午後1時～  
ところ 市保健相談センター  
☎「つむぎの会」代表 田中幸子  
☎・FAX022-717-5066

## ◆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
5日(金)	・仮設南境第7団地北集会所
19日(金)	・仮設大橋団地集会所 (※2カ所同時開催)
10:00～	
22日(月)	鹿妻南コミュニティハウス
10:00～	(鹿妻南二丁目6番25号)

※悪天候等の事情により中止する場合があります。  
※どなたでも参加できます。  
☎健康推進課 ☎94-9132

## 【石巻地区】子宮がん検診が15日から始まります

**対象** 20歳以上の女性  
申し込みした方には、順次検診票を送付しますので、検診期間・指定医療機関を検診票で確認の上、受診してください。対象者であって追加申し込みを希望する場合や、検診の申し込みをされていて通知書が届かない場合はご連絡ください。  
※対象年齢は平成26年3月31日を基準としています。  
☎・問 健康推進課(内線2413～2415)

## 【河北地区】乳がん検診を16日(火)から20日(土)まで実施します

**対象** 30歳以上の女性  
申し込みした方には、検診票を配付しますので、実施通知書の日程表で対象地区を確認の上、受付時間内にお出でください。なお、対象者であって追加申し込みを希望する場合や、検診の申し込みをされていて通知書が届かない場合はご連絡ください。  
※対象年齢は平成26年3月31日を基準としています。  
☎・問 河北総合支所 保健福祉課(☎62-2117 内線163)

## 4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
7日	日	佐藤内科医院 22-3020(蛇田字新金沼 (イオンモール石巻1階))	石巻赤十字病院 21-7220 (蛇田字西道下)	佐藤整形外科医院 95-1755(中央一丁目)	やまもと産婦人科 93-7000 (大街道北一丁目)
14日	日	いしのみき矢吹クリニック 21-6117(大橋三丁目)	仮設石巻市夜間急患センター 94-5111 (日和が丘一丁目)	ささき整形外科医院 22-3121(大橋二丁目)	あべクリニック産科婦人科 22-3322 (大街道西二丁目)
21日	日	かづま内科クリニック 96-7700(鹿妻南一丁目)	仮設石巻市夜間急患センター 94-5111 (日和が丘一丁目)	池田整形外科医院 23-2111 (蛇田字東道下)	川村産婦人科医院 93-7600(新橋)
28日	日	よしろう内科 22-3277 (住吉町一丁目)	仮設石巻市夜間急患センター 94-5111 (日和が丘一丁目)	三浦泌尿器科医院 95-1961(新橋)	齋藤産婦人科医院 22-0707(中央三丁目)
29日	月・祝	まだらめ内科医院 24-9133(蛇田字東道下)	中山こどもクリニック 95-4121(中里三丁目)	鈴木整形外科クリニック 92-7707(鹿妻北一丁目)	しらゆりクリニック 22-3717 (蛇田字新立野)

※診療時間は、午前9時～午後5時となります。ただし、「佐藤内科医院」は午前9時30分～午後5時30分となります。

日	曜	石巻市 河北地区	東松島市 矢本地区	歯科
7日	日	木村医院 62-3039(成田)	加藤医院 82-2030(矢本)	佐藤歯科医院 96-8778(東中里二丁目)
14日	日	石巻ロイヤル病院 (内科のみ) 73-5888(広瀨)	永沼ハートクリニック 82-6680(赤井)	かいほく歯科クリニック 21-6487(開北一丁目)
21日	日	ものうファミリークリニック 76-4024 (桃生町中津山)	みやぎ東部循環器科 82-9930(赤井)	鈴木歯科クリニック 93-4182 (大街道北三丁目)
28日	日	佐々木医院 72-3122(和瀨)	藤野整形外科 83-2121(矢本)	大街道鈴木歯科医院 96-4636 (大街道南五丁目)
29日	月・祝	中川内科外科医院 72-2123(前谷地)	やもと内科クリニック 98-3260(矢本)	高城歯科医院 96-7788 (蛇田字新大塚)

※診療時間は、午前9時～午後5時となります

## 夜間急患センターの診療時間 ☎ ☎94-5111

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・祝日	午後6時～翌朝6時	午後6時～翌朝6時

・所在地 日和が丘一丁目2番11号(石巻中央公民館南隣)  
※駐車場は、旧市役所前駐車場ほかをご利用ください。  
・主な医療機器 エックス線一般撮影装置、CT装置、生化学自動分析装置等各種検査機器ほか

## 予防接種のお知らせ

### ◆予防接種の実施 下記の対象者に予防接種予診票を送付しますので、同封した説明をお読みの上、指定医療機関で接種してください。

麻しん風しん(第2期) H19.4.2～H20.4.1生まれの方(就学前)  
子宮頸がん H12.4.2～H13.4.1生まれの方(中学1年生の女子)  
次の予防接種については、対象者に対して随時予診票を送付します。  
BCG、四種混合、麻しん風しん(1期)、ヒブ、小児用肺炎球菌  
→生後1～2か月ころ  
日本脳炎(1期)→3歳児対象 3歳の誕生日の月末  
二種混合→小学6年生対象 6月下旬発送予定

### ◆子宮頸がん、ヒブワクチン、小児用肺炎球菌予防接種

これまで任意接種だった子宮頸がん、ヒブワクチン、小児用肺炎球菌予防接種が4月1日から定期接種となります。

#### 対象

子宮頸がん 中学1年生～高校1年生相当年齢の女子  
(高校2年生相当年齢以上の方は定期接種の対象外となります)  
ヒブワクチン 生後2月～60月に至るまで(5歳の誕生日の前日まで)  
小児用肺炎球菌 生後2月～60月に至るまで(5歳の誕生日の前日まで)

### ◆BCGの接種期間の変更について

BCGの接種期間が1歳未満までに変更になります。なお、標準的な接種期間は生後5月～8月に至るまでの間となります。

### ◆肺炎球菌予防接種を実施します!!

公費負担による肺炎球菌予防接種を実施します。  
対象 65歳以上の方で、これまで市が実施した肺炎球菌予防接種を受けていない方(脾臓を摘出し健康保険の適用となる方は除く)  
実施医療機関 市指定の医療機関  
自己負担金 4,000円(生活保護世帯に属する方は無料)  
詳しくはお問い合わせください。

### ◆他市で自己負担により予防接種を受ける場合の費用助成

震災による一時避難や里帰り等により市外に滞在している方が、市外で自己負担により予防接種を受けた場合は、その接種費用(上限あり。自己負担金がある場合はそれを引いた金額)を助成します。希望する方は、お問い合わせください。

#### <対象となる予防接種>

- 定期予防接種 BCG、四種混合、三種混合、二種混合、麻しん・風しん、日本脳炎、不活化ポリオ、ヒブ、小児用肺炎球菌、子宮頸がん、インフルエンザ(65歳以上・自己負担金あり)
- 任意予防接種 肺炎球菌(65歳以上で過去に接種を受けていない方・自己負担金あり)

☎ 健康推進課(内線2415)・各総合支所保健福祉課



(広告) 前へ Don't think, feel. 注文住宅・リノベーション・一般建築士事務所 土曜建築の売却、購入のご相談 毛地建売(5) 東区 宮城東町(3) 第5036号

**有限会社 住販プラザ**

〒986-0855 石巻市大街道東一丁目4番18号  
TEL.0225-94-9011 FAX.0225-21-2016  
ホームページ▶[住販プラザ] 検索

(広告) レオピンシリーズは元気に暮らすためのお手伝いをします

ふだんから疲れやすい 一晩寝ても体の疲れがとれない 体力の衰えを感じる

1日たった80円(から)でその疲れがとれてしまう!?

キョーレオピンネー レオピンロイヤル レオピンファイブネー キョーレオピン

元気ふやそう上げよう・効果に自信あり!レオピンシリーズ

**星薬局** 本店(イトピア角)22-1518 蛇田あけぼの店23-5387 営業時間AM9:30～PM6:30

Y O S H I R O H C L I N I C (広告)

**よしろう内科**

院長 千葉淑朗

休診日/木曜土曜午後・日曜・祝日  
石巻市住吉町1-8-46(駐車場有)

**TEL.22-3277**

(広告) 医療法人 天悠会

**大街道もり眼科医院**

診療受付	月	火	水	木	金	土	日
午前 8:30～11:30	○	●	○	○	○	○	休
午後 2:30～5:30	○	●	○	休	○	○	休

●火/午前11:00まで・土/午後1:30～4:30  
休診日/日曜日・祝祭日・第2、第4木曜日(毎月第1・第3木曜日は午前中のみ診療)  
石巻市大街道西二丁目1番26号  
TEL.0225-23-3434 FAX.0225-23-4343