

3月

スポーツ・文化・催し



施設表記の見方 開館時間、利用時間 休館日、休業日

総合体育館 ☎95-8998
 開館時間 午前9時～午後9時(日曜日・祝日は午後5時まで)
 休館日 第4木曜日

アリーナの利用再開
 天井吊物落下の危険性があることから利用を中止していましたが、対策工事を行い、利用を再開しました。

いしのまき総合スポーツクラブおよびキッズバラエティスポーツ教室
 令和5年度新規会員募集を3月1日(水)より開始します。詳しくは問い合わせください。

●バドミントン・卓球教室
 令和5年度参加者募集中です。詳しくは問い合わせください。
●バドミントン教室
 料金 3,000円(年額)、保険料(任意加入)
●卓球教室
 料金 2,000円(年額)、保険料(任意加入)

セイホクパーク石巻(総合運動公園)トレーニングセンター ☎25-7731
 開館時間 午前9時～午後9時(日曜日・祝日は午後5時まで)
 休館日 23日(木)

●リズムにのってスクエアステップ
 10日(金)、17日(金)、24日(金)、28日(火)
 午前10時～11時
 対象 高校生以上 定員 10人
 料金 入館料のみ
●サーキットトレーニング
 4日(土)、11日(土) 午後6時～7時
 対象 高校生以上 定員 6人
 料金 入館料のみ
●リラックストレッチ講座
 9日(木)、16日(木) 午前10時30分～11時30分
 対象 高校生以上 定員 5人
 料金 入館料のみ
●すっきり脳トレ&ストレッチ
 8日(水)、22日(水) 午前10時～10時30分
 対象 高校生以上 定員 10人
 料金 入館料のみ

セイホクパーク石巻(総合運動公園) ☎22-9111 休館日

フットボール場、ふれあいグラウンド、多目的グラウンドは冬季期間貸出中止 3月31日(金)まで

トレーニング機器 使用講習会

- 総合体育館 ☎95-8998
7日(火) 午後2時、16日(木) 午後6時30分、28日(火) 午前10時
- ビッグバン ☎62-1120
10日(金)・24日(金) 午後3時、7時
※要電話予約(午前9時～午後5時)
- 遊楽館 ☎72-3561
15日(水)・26日(日) 正午、午後5時
※要電話予約(午前9時～午後5時)

石巻健康センターあいプラザ・石巻 ☎95-8640
 開館時間 午前10時～午後9時(日曜日・休講日は午後5時まで)
 休館日 12日(日)、21日(火・祝)、26日(日)

●春!!無料!!運動大相談会
 2月24日(金)～3月16日(木)※要予約
 「ダイエットをしているけどなかなかやせない」「健診結果が気になるので食事のとり方を教えてほしい」など悩みや素朴な疑問をお持ちの方、運動指導員・管理栄養士が相談をお受けします。
 申込方法 電話または窓口にて申し込みください。
 参加特典
 ①In Body無料測定!自分の体をもっと知ろう
 ②トレーニング個人指導50%OFF券
 対象 18歳以上
●令和5年度前期(4～9月)講座&短期講座・サnderプログラムの新規受付を開始します!
 12日(日) 午前10時

石巻中央公民館 ☎22-2970
 開館時間 午前9時～午後9時30分 休館日

●子育てサロン「いしっこクラブ」
 ①絵本の読み聞かせ、手遊びなど
 3日(金) 午前10時～11時30分
 ②手遊び、いしっこそつぎょうしき
 17日(金) 午前10時～11時30分
 定員 親子15組(先着)
 水分補給用の飲み物を持参ください。
 当日の参加可能ですが、なるべく電話で予約をお願いします。

渡波公民館 ☎24-0941
 開館時間 午前9時～午後9時30分 休館日

●女性教室「くらしの講座」学習会・閉講式
 3日(金) 午後1時30分
●高齢者教室「寿大学」学習会・修了式
 14日(火) 午後1時30分

稲井公民館 ☎22-4303
 開館時間 午前9時～午後9時30分 休館日

●稲井くらしの講座3月学習会・閉講式
 15日(水) 午後1時30分
 対象 稲井くらしの講座 会員

蛇田公民館 ☎95-0183
 開館時間 午前9時～午後9時30分 休館日

●くらしの教室「明英大学」閉講式
 10日(金) 午前10時

牡鹿交流センター屋内温水プール ☎45-3618

屋内温水プールは、福島県沖地震の影響により、利用を停止しています。

図書館 ☎93-8635
 開館時間 午前10時～午後6時(水曜日は午後7時まで、日曜日は午後5時まで)
 休館日 月曜日、21日(火・祝)

●あかちゃんおはなし会
 14日(火)・17日(金) 午前10時30分～11時
 対象 赤ちゃん連れの親子、これからパパ・ママになる方
 定員 各5組(先着)
●たのしいおはなし会
 4日(土)・18日(土) 午前10時30分～11時
 対象 幼児～小学校低学年くらいの方
 定員 各5組(先着)
●読書会 今月の本『いのち』
 瀬戸内寂聴著 14日(火) 午前10時～正午
●紙芝居とお話の会
 11日(土)・25日(土) 午前10時30分～11時
 定員 各5組(先着)
●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)と一緒に練習しましょう。
 9日(木) 午前10時～正午
●おしゃべりなどくしよ会
 今月の本『大もりいっちょう』長崎源之助著
 子どもの本をテキストにした、大人のための読書会です。読み聞かせの勉強にもどうぞ。
 12日(日) 午前10時30分～正午
●定例おはなし会
 25日(土) 午前10時30分～11時30分
 ところ 河北分館(ビッグバン内図書室)
●ボランティア講座「あらためて考える読み聞かせの絵本選び」
 25日(土) 午後1時30分～3時 ※要予約
 定員 15人(先着)
 講師 JPIC読書アドバイザー 熊谷美和
 申込方法 1日(水)より、電話または窓口にて申し込みください。
●出張図書館
 予約を中心とした本の貸し出しを行っています。
 ・へびた 14日(火)、28日(火) 午前10時～11時
 ところ 蛇田公民館
 ・わたのは 14日(火)、28日(火) 午後1時～2時
 ところ 渡波公民館
 ※子育て支援センターの出張日程はホームページで確認ください。

遊楽館 ☎72-3561
 開館時間 午前9時～午後9時
 休館日 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)

●東日本大震災復興支援メモリアルコンサート THE BRIDGE concert 久米小百合(元久保田早紀)他
 12日(日) 開場 午後2時30分、開演 午後3時
 整理券配布中(数に限りがあります)
 團 伊藤 ☎090-8776-4569
●遊楽館 パイプオルガンフリー演奏体験
 18日(土)、19日(日) 午前9時～午後5時
 対象 鍵盤楽器がある程度弾ける方(小学生以下は保護者同伴) 1人30分
 申込開始 4日(土)
 申込方法 電話または窓口で申し込みください。

河南室内温水プール(遊楽館内) ☎72-3605
 開館時間 午前10時～午後9時(日曜日・祝日は午後5時まで)
 休館日 遊楽館と同じ

●アクアビクス
 14日(火)・28日(火) 午後7時30分～8時30分
 10日(金)・24日(金) 午後1時30分～2時30分
 対象 成人 定員 10人 料金 1,100円
 講師 健康運動指導士 笠安子
●アクアウォーク肩こり腰痛予防緩和
 12日(日)・26日(日) 午前10時50分～11時50分
 対象 成人 定員 10人
 料金 770円(初回無料)
●筋トレ&ストレッチ
 毎週土曜日 午後7時～8時
 対象 成人 定員 10人
 料金 550円(初回無料)
 講師 健康運動指導士 平山時生
●ヨガ教室
 3日(金)、17日(金) 正午～午後1時
 対象 成人 定員 10人
 料金 550円(初回無料)
 講師 健康運動指導士 平山時生
●ミズノ 親子deうんどうあそび 予約受付中
 12日(日) 午前10時～11時
 対象 4歳～小学3年生 定員 15組
 料金 1,100円
●春休み短期水泳教室 予約受付中
 I期:18日(土)・19日(日)・21日(火・祝)
 II期:4月4日(火)～6日(木)
 午後0時15～1時15分
 対象 4歳～小学校6年生 定員 30人
 料金 スクール会員3,500円、会員外4,000円
●回数券キャンペーン開催
 回数券を購入した方に無料券を進呈します。

牡鹿半島ビジターセンター ☎24-6912
 開館時間 午前9時～午後4時30分
 休館日 水曜日

申込方法 窓口、電話、メール(info@oshika-vc.jp)、申し込みフォームから申し込みください。
●岸壁観祭会・たも網を使っていきもの観察
 18日(土)、31日(金)
 午前10時～正午
 対象 小学生以上 定員 6人(2組)
 料金 300円/1人
●清崎憩いの森観祭会・落ち葉の下の生き物観察
 25日(土) 午前10時～正午
 対象 小学生以上 定員 15人(4組)
 料金 300円/1人

石巻市博物館

☎98-4831
 休館日 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)
●毛利コレクション特集展「小さきモノたちの宇宙」
 18日(土)～7月9日(日)
 料金 一般300円、高校生200円、小・中学生100円
 ところ 常設展示室 毛利コレクション展示室

※13日(月)～17日(金)は展示替え作業のため毛利コレクション展示室を閉室します。なお、常設展示室内の他のコーナーは通常通り観覧可能です。

マルホンまきあーとテラス
 ☎98-5630
 休館日 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)

料金など、詳しくはホームページをご覧ください。
●菅原 直樹(「老いと演劇」OiBokkeShi主宰)による「老いと演劇」対話のワークショップ
 5日(日)、18日(土)
 午後1時30分～3時30分
 19日(日) 午前10時～午後3時30分
 團 マルホンまきあーとテラス
●第2回石巻復興祈念特別演奏会～新たな旅立ち～
 指揮:垣内悠希 ピアノ:森本美帆
 12日(日) 開場 午後1時20分
 プレトーク 午後1時40分
 開演 午後2時
 團 ☎080-8546-5223
 石巻復興祈念演奏会実行委員会 黒澤
●クリスタルピアノ体験会
 21日(火・祝) 時間未定
 定員 15人(組)(先着)
 團 マルホンまきあーとテラス
●マルホンまきあーとテラス開館記念事業 宮川彬良×Osaka Shion Wind Orchestra
 26日(日) 開場 午後1時、開演 午後2時
 料金 自由席
 一般2,500円(当日3,000円)
 高校生以下500円(当日800円)
 團 マルホンまきあーとテラス

グエン・ヴィエット・チュン ピアノリサイタル

10月に開催される「日越外交関係樹立50周年記念・日ASEAN友好50周年記念 日越祝祭管弦楽団石巻公演」のプライベートです。
 とし 5月24日(水) 午後2時
 定員 200人(先着) 料金 2,000円
 チケット販売開始日 2月24日 午前10時
 購入方法 マルホンまきあーとテラスの窓口にて購入してください。
 團 生涯学習課(内線5052)

石森美術館
 休館日 7日(火)、14日(火)、22日(水) ☎96-5055

●マンガタン感謝祭2023
 18日(土)、19日(日)
 2013年3月にリニューアルオープンし、東日本大震災からの復活を記念したイベント「マンガタン感謝祭」も今年で10年目を迎えます。各種イベント盛りだくさんで、みなさんのお越しをお待ちしています。
●サイボーグ007グレート・ブリテン誕生祭2023
 27日(月)～4月1日(土)
 サイボーグ007ことグレート・ブリテンの誕生日記念イベントを開催します。27日(月)にはグレート・ブリテンにスポットを当てた特集コーナーや限定メニューが登場します。みんなで誕生日をお祝いしよう!

第100回石巻川開き祭り 花火大会会場アンケートの実施

石巻川開き祭りは今年で記念すべき第100回目の開催となります。
 石巻川開祭実行委員会では、多くの皆さんに楽しんでいただけるお祭りになるよう、準備を進めています。
 この度、花火大会の会場について、市民の皆さんを対象としたアンケートを実施しています。多くの回答をお待ちしています。
回答方法
 市役所3階観光課、各総合支所、石巻商工会議所および石巻観光協会に設置しているアンケート用紙または、回答フォームから回答ください。
回答期限 3月10日(金)
 團・團 石巻川開祭実行委員会 ☎22-0145



回答フォーム



3月の健康コーナー

こころの
体温計



【健康推進課】☎95-1111
 【各総合支所市民福祉課】
 河北 ☎62-2117 雄勝 ☎57-2113 河南 ☎72-2094
 桃生 ☎76-2111 北上 ☎67-2113 牡鹿 ☎45-2113

※新型コロナウイルスの影響により、行事などが中止や延期になる場合があります。

○相談

相談名	内容	とき	ところ	申・問
健康相談	生活習慣病予防など 健康に関すること何でも	月～金(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時	健康推進課	健康推進課 (内線2425)
育児相談	子どもの健康に関すること何でも			健康推進課 (内線2423)
こころの 電話相談	不安・不眠・ストレスなど こころの悩みに関すること何でも			健康推進課 (内線2422) ☎94-9132
栄養相談	食事と栄養に関すること何でも ※要予約	6日(月) 午前10時～正午	保健相談 センター	健康推進課 (内線2617)
歯科相談	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	13日(月) 午後1時～3時		健康推進課 (内線2417)

○心理カウンセラー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	申・問
9日(木)午前10時45分～午後3時15分	市役所2階相談室	桑島 由美	健康推進課(内線2422) ☎94-9132

○東部保健福祉事務所(県石巻合同庁舎内石巻保健所) 要予約

相談・教室名	内容	とき	申・問
精神保健福祉相談	精神科医療機関への受診を迷っている、眠れないなどのこころの悩みを抱えている方・その家族	1日(水) 午後2時～5時	☎95-1431
アルコール関連問題 専門相談	アルコール関連問題(ギャンブル・薬物含む)で困っている方・その家族、関係者	17日(金) 午前10時～午後3時	
思春期 引きこもり専門相談	引きこもりや思春期問題を抱えている方 その家族、関係者(要予約)	9日(木) 午後1時～5時	

○各種教室・講演会 要予約

教室名	内容	とき	受付時間	ところ	申・問
もぐもぐ育児教室 (石巻会場)	対象 5～8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・歯について時間を区切って 対応します。	9日(木)	午後1時～3時	保健相談 センター	健康推進課 (内線2617)
もぐもぐ育児相談 (河南会場)		7日(火)	午前9時30分～11時30分	河南母子 健康センター	河南総合支所 市民福祉課 ☎72-2094
1歳児個別育児 相談会 (石巻会場)	対象 おおむね1歳0カ月～ 1歳1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・歯についての個別相 談を行います。	22日(水)	午前9時～正午	保健相談 センター	健康推進課 (内線2617)

○乳幼児の健診・相談

対象地区	健診・教室名	とき	受付時間	ところ
石巻 牡鹿	3～4カ月児健診	17日(金)、23日(木)	個別に 通知します	保健相談センター
	1歳6カ月児健診	9日(木)、14日(火)、24日(金)		
	2歳児歯科健診	3日(金)、10日(金)、16日(木)		
	3歳児健診	2日(木)、7日(火)、15日(水)		
河北 雄勝 北上	3～4カ月児健診	1日(水) ※同時開催になります。	個別に 通知します	河北総合センター 「ビッグバン」
	1歳6カ月児健診			
	2歳児歯科健診	15日(水)		
河南 桃生	3～4カ月児健診	24日(金)	個別に 通知します	河南母子健康センター
	1歳6カ月児健診	16日(木)		
	2歳児歯科健診	14日(火)		
	3歳児健診	23日(木)		

※対象者へは、日程や受付時間などを個別に通知しています。

○蛇田お茶っこサロン

とき 8日(水) 午前10時～11時

ところ 新蛇田第1集会所(のぞみ野四丁目23番地)

☎ 震災こころのケア・ネットワークみやぎ(からこころステーション) ☎94-2966

○つむぎの会:さまざまな形で子どもを亡くした親の集いです。

とき 26日(日) 午後1時 ところ 保健相談センター

☎ 「つむぎの会」 ☎090-8614-5466

○まきっこの会:ひきこもりの家族会です。

とき 19日(日) 午後1時～4時 ところ 保健相談センター

☎ 「まきっこの会」 ☎080-6022-4478(高橋)

○からこころ相談ダイヤル 心の無料電話相談(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(からこころステーション) ☎0120-322-016

○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)

☎ 健康推進課 ☎94-9132

食育推進コーナー 2,3歳はちぎったり丸めたり

ある会社が、3～5歳の子どもを持つ母親を対象に「家での過ごし方」に関する調査を実施したところ、「料理の手伝いをさせる」が第一位でした。苦手なものを食べられるようにする方法は、料理の手伝いが効果的です。調理体験を行うと、苦手なものを食べられる子どもがいます。たった一口だけだったとしても、苦手なものを食べられたという事実は自信になります。コロナ禍を期に、一緒に料理をする時間を楽しみましょう。そして、子どもとのコミュニケーションの時間として楽しみましょう。

石巻市食育推進会議副会長 有見 正敏
石巻専修大学人間学部特任教授



☎ 健康推進課(内線2617)

愛の献血

☎ 健康推進課(内線2418)

とき	ところ	受付時間
5日(日)	カワチ薬品石巻西店	午前10時～11時45分 午後1時～4時30分
11日(土)	イオンモール石巻	
25日(土)	イオンモール石巻	

がんについて語ろう

がんになり抱える悩み・不安について、一緒にお話ししましょう。個別の電話相談に応じています。ひとりで悩まずに連絡ください。改めてこちらから連絡することがあります。

☎ 日和山カフェ代表 佐藤 070-7772-0127(月～金 午前10時～午後3時)

※SMSで連絡いただいても構いません。

「コロナに打ち勝とう！健康標語」の入賞作品決定！

1月15日に3年ぶりに開催した「第9回石巻市民食育健康フェスティバル」の来場者に「健康標語」の応募作品(川柳の部151作品、俳句の部34作品)へ投票をしてもらい、実行委員会での選考を経て入賞作品を決定しました。応募作品は今後、食育や健康づくりの普及啓発の際に広く活用します。

- 川柳の部 高校生以上(最優秀賞3点)
 - ・健診を 受けて我が身の 自己防衛 (新沼勝夫さん)
 - ・健康は 笑いが大事 にこやかに (松川昭子さん)
 - ・共に効く 話相手が ぐすりです (佐藤俊幸さん)

- 俳句の部 中学生以下(最優秀賞1点)
 - ・守ります 早寝早起き 朝ご飯 (張間莉那さん)

※各部門の優秀賞・実行委員会会長賞についても市ホームページで公表しています。

☎ 石巻市民食育健康フェスティバル実行委員会事務局 健康推進課(内線2617)

歯のコンクール応募者募集

・親と子のよい歯のコンクール

令和4年度の3歳児健康診査時、「歯つらつファミリーコンクールのお知らせ」を配布されたお子さんが対象です。

・8020よい歯のコンクール

満80歳以上(令和5年6月4日現在)で、現在お口の中に20本以上歯がある(治療完了含む)健康状態の良好な方および定期的(年2回以上)に歯科健診を受けている方が対象となります。詳しくは、問い合わせください。

申込期限 4月3日(月)

☎・問 健康推進課(内線2417)



※検診を受診の際は【自宅での検温】【マスク着用】をお願いします。

3月は自殺対策強化月間です

あなたのこころとからだ元気ですか？

～元気で安心して暮らせるために～

声かけ

まずはお互いに声をかけることから始めてみましょう

気づき

家族や仲間の変化に気づいて、声をかける
～眠れない、食欲がない、口数が少なくなったなど“いつもと様子が違う”とき、声をかけてみましょう～

傾聴

本人の気持ちを尊重して、耳を傾ける
～じっくり話を聞いて、本人の気持ちをそのまま受け止めましょう～

見守り

温かく寄り添いながら、じっくりと見守る
～こまめに声をかけたり、必要があればいつでも相談にのることを伝えましょう～

つなぎ

気になる人を早めに専門家に相談できるように促す



話をよく聞き、一緒に考えてくれる相手(ゲートキーパー)がいることは、悩んでいる人の孤立を防ぎ、安心を与えます

気を付けたいこと

- 本人を責めない
- 安易に励まさない
- 相手の話を否定しない

※ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ見守る人のことです。

こころの体温計

ストレス度・落ち込み度を簡単にチェック!試してみませんか?
スマートフォンやパソコンなどの端末を使って気軽にメンタルヘルスチェックができるシステムです。ぜひ、心の健康維持・増進に役立ててください。



健康推進課(内線2616)

風しん追加的対策のお知らせ

公的な予防接種を受ける機会がなかった成人男性(昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれ)を対象に、風しんの抗体検査・予防接種を令和7年3月31日まで無料で実施しています。令和4年1月末時点でまだ抗体検査を受けていない方に対し、令和4年4月8日付けでクーポン券を再送付しています。(抗体検査のクーポンの有効期限が2023年2月までとなっていますが引き続き利用できます。)

免疫を持っている人が増えると、風しんの流行はなくなると言われていました。これから生まれてくる世代の子どもを守るために、そして、ご自身のために、ぜひこの機会に風しんの抗体検査と予防接種を受けましょう。

※風しんは感染力が強く、成人がかかると症状が重くなる場合があります。また、妊娠初期の妊婦が感染すると生まれてくる赤ちゃんの目や耳、心臓に障害が起きることがあります。

健康推進課(内線2413)

定期予防接種の終了期限

次の予防接種の接種期限は3月31日(金)です。期限後は全額自己負担となるので、期限内に忘れずに受けましょう。

・麻しん風しん混合(MR)第2期予防接種

対象 平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれの方(就学前)

・高齢者の肺炎球菌予防接種

対象

- 令和4年度に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳および100歳以上になる方
- 60歳以上65歳未満の方で、心臓、腎臓、呼吸器の機能に自己の身の辺の日常生活が極度に制限される程度の障害を有する方およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方(身体障害者手帳1級の内部機能障害に該当)

※過去に1度(自費での接種も含む)も接種していない方が対象です。

自己負担金 4,000円(生活保護世帯の方は事前の申請で免除になります)

健康推進課(内線2413)

市立病院のご案内

○診察時間(休診日 土日・祝日・年末年始)

	受付時間	診察開始
内科・外科 ・整形外科	初診 午前8時～11時	午前9時
	再診 午前8時～11時30分	
皮膚科	午前8時～11時	午後1時30分
眼科	午前8時～11時	
耳鼻咽喉科	午後0時30分～3時	午後1時

○診療日

	受付	月	火	水	木	金
内科	午前	○	○	○	○	○
外科	午前	○	—	○	○	○
整形外科	午前	○	—	—	○	○
皮膚科	午前	—	—	—	○	—
眼科	午前	○	○	—	○	○
	午後	—	—	○	—	—
耳鼻咽喉科	午後	○	○	—	○	○

※整形外科を受診の際は、紹介状と事前の予約が必要です。
※診療日が変更になる場合があります。ホームページで確認するか、問い合わせください。

○皮膚科を受診される方へ

- 新規患者は予約制による診療となります。
 - 他の医療機関で皮膚疾患治療中の方が受診する際は、紹介状が必要となります。
 - 再診の方についても予約制となります。
- ※不明な点などありましたら、問い合わせください。 市立病院 ☎25-5555



ホームページ

夜間急患センターの診療時間

○夜間診療

	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	午後6時～翌朝7時
土曜日	午後6時～翌朝7時		
日曜・休日	午後6時～翌朝6時	午後6時～翌朝6時	午後6時～9時

○休日(昼間)診療

	外科
日曜・休日	午前9時～午後5時 (受付時間:午前9時～11時30分・午後1時～4時)

ところ 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利用ください。
夜間急患センター ☎94-5111

◇3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時です。
※担当医や受付終了時間、昼休み時間は、各医療機関に確認の上、受診してください。
※下表に記載のない産婦人科の対応は、当日、市役所(☎95-1111)まで問い合わせください。
※外科は、「夜間急患センターの診療時間」の欄を参照ください。

とき	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
5日(日)	内科	佐藤内科医院(イオンモール石巻1階)	☎22-3020
	小児科	石巻市夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
	産婦人科	しらゆりクリニック(蛇田字新立野)	☎22-3717
12日(日)	内科	石巻健育会病院(大街道西三丁目)	☎94-9195
	小児科	石巻市夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
19日(日)	内科	上石内科クリニック(清水町一丁目)	☎22-2602
	小児科	石巻市夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
	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

とき	診療科	医療機関名(所在地)	電話番号
21日(火・祝)	内科	箕田内科クリニック(向陽町二丁目)	☎96-5252
	小児科	石巻市夜間急患センター(蛇田字西道下)	☎94-5111
	産婦人科	齋藤産婦人科医院(中央三丁目)	☎22-0707
26日(日)	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(蛇田字西道下)	☎94-5111

とき	石巻市 河北・河南・桃生地区	電話番号	東松島市 矢本地区	電話番号	歯科	電話番号
5日(日)	石巻ロイヤル病院(広淵)	☎73-5888	やもと内科クリニック(矢本)	☎98-3260	藤江歯科医院(南中里一丁目)	☎95-2313
12日(日)	中川内科外科医院(前谷地)	☎72-2123	ひかりサテッククリニック(矢本)	☎84-1333	本郷歯科医院(蛇田字新丸井戸)	☎22-0775
19日(日)	栗原医院(桃生町寺崎)	☎76-4170	仙台ペインクリニック石巻分院(赤井)	☎82-1310	三宅歯科医院(千石町)	☎22-1448
21日(火・祝)	簡野医院(鹿又)	☎74-2244	藤野整形外科(矢本)	☎83-2121	ことぶき歯科(わかば三丁目)	☎98-7750
26日(日)	紫桃内科医院(鹿又)	☎75-2325	野蒜ヶ丘痛みのクリニック(野蒜ヶ丘)	☎98-6662	横山歯科医院(大手町)	☎21-1711

石巻歯科医師会
休日診療所
(中里三丁目)
☎94-8223
(同日程で診療)

