

乳幼児の健診と教室 杜鹿総合支所含む

本 庁

健康管理課 第1分庁舎2階 ☎95-1111

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10月生まれ	13日(水)19日(火)29日(金)	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	H19年1月生まれ	13日(水)19日(火)25日(月)		9:30～9:45	
1歳6か月児健診	H18年6月生まれ	15日(金)20日(水)28日(木)		12:30～12:45	
2歳児歯科健診	H17年7月生まれ	12日(火)21日(木)27日(水)		12:45～13:00	
3歳児健診	H16年8月生まれ	14日(木)22日(金)26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10月・11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、予診票がお手元にない場合は、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	H19年2月生まれ		
	2期 5歳以上7歳未満 (小学校就学前の1年間にある方)	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11月生まれ		

●ジフテリア・破傷風(二種混合)予防接種について…実施期間がまもなく終了します。

健康管理課 (内線340)

小学6年生を対象としたジフテリア・破傷風(二種混合)予防接種の実施期間は2月29日(金)までとなっていますので、まだ接種していない方は市内指定医療機関で早めに接種しましょう。

●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。

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 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276)
こころの電話相談	(祝日を除く)				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 食事と栄養に関すること何でも(要予約) 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)	健康管理課(内線276)
栄 養 相 談	18日(月)	10:00～12:00			健康管理課(内線497)
歯 科 相 談	18日(月)	13:00～15:00			
地区健康相談	●開北・水押 6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	28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併発し、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＞

- 流行期に人込み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267・340)

骨粗しょう症検診が  
2月20日(水)から  
始まります。(本庁地区対象)

対象者 40・45・50・55・60・65・70歳の女性

申し込みした方には、検診票を配布しました。検診日時を確認の上、受診してください。

対象者で申し込みをしていない方および検診日を変更したい方は、下記までご連絡ください。

☎ 健康管理課(内線267・340)

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

ベリ屋

暮らしの特Q隊



「ヘルパーサービス」  
「見るをこみ 高齢社会の役に立ちます」

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・矢本地区受付開始しました。～

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

基本料金:1時間¥3,000～



# 2月の休日急患担当医

日	土曜日	日曜日・休日							
日	産婦人科	内科	小児科	外科	産婦人科	歯科	河北地区	東松島市 矢本地区	
2	川村産婦人科医院 (新橋) 93-7600	石巻中央きし 内科クリニック (中央一) 95-3123	田中小児科医院 (千石町) 22-1714	鈴木整形外科クリニック (鹿妻北一) 92-7707	川村産婦人科医院 (新橋) 93-7600	デンタルクリニックとうの (開北二) 21-8280	休日診療所 (中里三)	紫桃医院 (鹿又) 75-2325	うつみディスクリニック (赤井) 84-2868
9	齋藤産婦人科医院 (中央三) 22-0707	久門医院 (垂水町) 97-4141	中山こどもクリニック (中里三) 95-4121	石巻診療所 (穀町) 23-0125	齋藤産婦人科医院 (中央三) 22-0707	かつま歯科クリニック (鹿妻南二) 93-6480		成田医院 (飯野川町) 62-3221	わたなべ整形外科 (赤井) 84-2323
16	やまもと産婦人科 (大街道北一) 93-7000	よしろう内科 (住吉町一) 22-3277	阿部こどもクリニック (千石町) 22-1152	森消化器内外科 (新橋) 23-2151	ほんだ産婦人科クリニック (鹿妻南一) 94-0303	高砂本家歯科医院 (三和町) 24-2311		櫻井内科クリニック (広淵) 73-3811	しど内科クリニック (赤井) 83-8830
23	あべクリニック産科婦人科 (大街道西二) 22-3322	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	二宮外科医院 (住吉町一) 22-0202	やまもと産婦人科 (大街道北一) 93-7000	遠谷歯科医院 (南中里三) 96-6648		木村医院 (成田) 62-3039	きくべえクリニック (赤井) 83-7373
		石巻港湾病院 (門脇町一) 94-9195	佐久間眼科小児科医院 (八幡町一) 92-7651	佐藤整形外科医院 (中央一) 95-1755	あべクリニック産科婦人科 (大街道西二) 22-3322	沼倉歯科医院 (鑄銭場) 93-8622	石巻口イザル病院 (広淵) 73-5888	真壁病院 (矢本) 82-7111	

●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。ただし、2月5日(火)のみ休診となります。
- 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	月～金
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、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 (但し、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	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。

## 女性医師による女性の健康相談

思春期や更年期に伴う身体的・精神的不調、家庭や職場のストレスなどで悩んでいる女性の相談に応じます。  
(完全予約制・相談無料)

相談日 毎週土曜日 午後2時～5時  
ところ 仙台市医師会館  
(仙台市若林区舟丁64-12)

移動相談 石巻市  
3月22日(土) 午後2時～5時  
※会場は、予約時にお知らせします。

予約専用電話 ☎090-5840-1993  
県女医会女性の健康相談室

☎ 県健康対策課 ☎022-211-2623

**ダスキンのシニアケアホームインステッドは**  
このような方にご利用いただいております。

- 公的介護保険以外の個人的なサービスが必要な方。
- 入院中のお遣いや退院後のお世話が必要な方。
- 認知症のご家族のお世話をしている方。
- 一時退院などで、お世話が必要な方。
- 夜間の見守りやお世話が必要な方。
- 安心をしたいご家族の方。
- 少しお休みをしたいご家族の方。

24時間 365日 対応!

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。

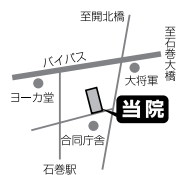
**ホームインステッド 石巻松島ステーション**  
〒986-0806 石巻市開北3丁目1-8 ☎0120-551-295

## 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 8:45～12:30  
14:00～18:00  
休診日 日・日曜・祝日



石巻市東中里2-3-3(県合同庁舎向かい)

☎96-8778