

11月8日「イイ歯デー」 歯科健康テレホン相談

と き 11月8日(月) 午前10時～午後4時
☎ 022-265-1667 (宮城県保険医協会内)
※相談の概略を受け付けます。
回答は3日以内に歯科医師が直接相談者にお答えします。
☎ 宮城県保険医協会 ☎ 022-265-1667

「生活イキキ健康セミナー」

～あなたの体に合った健康習慣を一緒に見つけませんか～

保健師・栄養士があなたに合った健康習慣を考えるお手伝いをします。
毎日の生活習慣と体の状態のつながりや心の健康について学んでみま

せんか。
と き 11月30日(火)午後1時30分～3時30分(受付 午後1時15分～)
市保健相談センター講義室
内容 ・健診結果と生活習慣について・心の健康と体のつながりについて
対象者 40～64歳の市内在住の方
※65歳以上の方は11月1日(月)または12月6日(月)の栄養相談(要予約)をご利用ください。
定員 30人(要申込) 申込締切 11月24日(水)
持ち物 健診結果表、筆記用具

☎・☎ 健康推進課 (内線 2612)

石巻地区の母子手帳交付 & 「すてきなママになる講座」

交付日時 月曜日 受付:午後1時30分～1時40分
毎週2回 11月1日、8日、15日、22日、29日
木曜日 受付:午前10時～10時10分
11月4日、11日、18日、25日

交付場所 市役所3階 多目的ホール
持ち物 妊娠届出書(医療機関から発行されていない場合は、当日記入していただきます)

内容 「すてきなママになる講座」(所要時間60分程度)
母子手帳・母子手帳別冊の交付及び上手な使い方、すこやかな妊娠・出産のためのワンポイントアドバイス(助産師・保健師・栄養士・歯科衛生士)

※都合により指定の日時に来所できない方はご連絡ください。
※市民課や各支所では交付できませんのでご注意ください。
(総合支所保健福祉課では、引き続き交付します)
☎ 健康推進課 (内線 2423)

愛の献血



5日(金)	10:00～12:00	東北電力(株)石巻営業所(山下)	健康推進課 ☎ 95-1111 (内線 2418)
	13:30～16:30	みやぎ生協石巻大橋店	
6日(土)	9:30～12:00	遊楽館(かなん市民まつり)	河南総合支所 保健福祉課 ☎ 72-2094
	13:00～15:00		
11日(木)	9:30～11:00	ヨークベニマル大街道店	健康推進課 ☎ 95-1111 (内線 2418)
	12:30～16:30	(株)七星社	
12日(金)	10:00～12:00	(株)ナリサフ(駅前北通り)	健康推進課 ☎ 95-1111 (内線 2418)
	13:30～15:30	石巻商業高等学校	
13日(土)	10:00～12:00	イトーヨーカ堂石巻あけほの店	健康推進課 ☎ 95-1111 (内線 2418)
	13:00～14:00		
22日(月)	10:00～12:00	J A いしのまき本店	健康推進課 ☎ 95-1111 (内線 2418)
	13:30～16:00	石巻地方広域水道企業団	
27日(土)	9:30～12:00	イオン石巻ショッピングセンター ※18歳以上は400ml献血のみ	健康推進課 ☎ 95-1111 (内線 2418)
	13:00～15:00		

※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。

食育推進コーナー

「米粉から広がる地域の輪」

～米粉料理 18品でおもてなし～

食育推進委員さんからのレポートです。

JA いしのまきは7月13日(火)、米粉の利用を通じた仲間づくりを目的に「ワイワイ!こめこちコミュニティ みんなで仲間づくりの会」を開催しました。

JAでは、4月から始めた米粉の販売とともに「こめ粉ろりん倶楽部」を立ち上げ、米粉を使った調理方法を広め、家庭内への普及と地域活性化のきっかけとなるよう努めています。

また、11月にも米粉を利用したイベントを開催予定です。



☎ 健康推進課 (内線 2428)

婦人科・禁煙指導・肛門内科・便秘指導 (広告)

しらゆりクリニック

■大腸がん検診 ■乳がん検診予約受付中

■月水・木・金曜日 院長:高屋 りさ
午前8:45～11:45
午後1:15～6:00
■火曜日 午後1:15～6:00
■土曜日 午前8:45～13:00
■休診日 日曜日・祝祭日



石巻市蛇田字新立野330-2 TEL0225-22-3717 FAX0225-22-3707

一般歯科・小児歯科・矯正歯科 (広告)

山本歯科医院

◆院長:山本 壽一 ◆歯科医師:山本 寿則
(日本歯科保存学会保存治療認定医)

(住 所) 石巻市中央1丁目6-17
TEL 0225-96-0118
診療時間 午前の部:9:00～12:15
午後の部:[月～金] 14:00～20:00
[土] 14:00～17:00
休診日 日曜日・祭日



<http://www.yamamotoshika.biz/>



11月の休日急患担当医

日	土曜日	日曜日・休日
6	産婦人科 あねは産婦人科クリニック (中央一) 22-0805	内科 中浦内科医院 (中浦一) 21-7551 小児科 佐久間眼科小児科医院 (八幡町一) 22-7651 外科 三浦泌尿器科医院 (新橋) 95-1961 産婦人科 やまもと産婦人科 (大街道北一) 93-7000 歯科 二宮歯科医院 (大街道南一) 22-5623
13	あべクリニック産科婦人科 (大街道西二) 22-3322	7 かづま内科クリニック (鹿妻南一) 96-7700 7 あおば小児クリニック (門脇青葉西) 93-9693 7 池田整形外科医院 (蛇田字東道下) 23-2111 7 あねは産婦人科クリニック (中央一) 22-0805 7 阿部歯科医院 (末広町) 96-6546
20	川村産婦人科医院 (新橋) 93-7600	14 高橋消化器内科 (千石町) 95-1621 14 田中小児科医院 (千石町) 22-1714 14 石巻診療所 (穀町) 23-0125 14 あべクリニック産科婦人科 (大街道西二) 22-3322 14 塚本歯科医院 (後生橋) 97-3338
27	しらゆりクリニック (蛇田新立野) 22-3717	21 石巻中央内科クリニック (中央一) 95-3123 21 石巻市立病院小児科 (南浜町一) 23-3200 21 森消化器内外科 (新橋) 23-2151 21 川村産婦人科医院 (新橋) 93-7600 21 かづま産科クリニック (鹿妻南二) 93-6480
		23 久門医院 (垂水町) 97-4141 23 中山こどもクリニック (中里三) 95-4121 23 佐藤整形外科医院 (中央一) 95-1755 23 藤原産婦人科医院 (中央三) 22-0707 23 泉谷歯科医院 (南中里二) 95-7715
		28 よしろう内科 (住吉町一) 22-3277 28 阿部こどもクリニック (千石町) 22-1152 28 二宮外科医院 (住吉町一) 22-0202 28 しらゆりクリニック (蛇田新立野) 22-3717 28 大街道鈴木歯科医院 (大街道南五) 96-4636
		河北地区 紫桃医院 (鹿又) 75-2325 東松島市 矢本地区 ひかりサテライトクリニック (矢本) 84-1333 東松島市 鳴瀬地区 成田医院 (飯野川町) 62-3221 石垣クリニック (矢本) 83-7070 櫻井内科クリニック (広洲) 73-3811 伊東胃腸科内科 (赤井) 82-6666 鳴瀬中央医院 (牛網) 87-3853 木村医院 (成田) 62-3039 かしか内科クリニック (小松) 83-2003 石巻ロイヤル病院 (広洲) 73-5888 藤野整形外科 (矢本) 83-2121 班目医院 (雄勝) 57-2207 しし内科クリニック (赤井) 83-8830 佐幸内科 (新東名) 88-3737

- 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。
- 休日当番薬局の情報は、市のホームページをご覧ください。トップページ「健康福祉」→健康コーナー「健康メニュー」→病院・薬局「休日当番薬局」

市立病院

☎ 23-3200

- 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。
- 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14:00～16:30です。
- 放射線科外来(※1)
水曜日 受付時間は通常どおり
診療時間10:00～
金曜日 受付時間13:30～
診療時間14:00～
- 人間ドック、脳ドック、健康診断は予約制です。「健診センター」(院内)へお問い合わせください。
- 看護相談日 11月8日(月)・22日(月)・
11:00～正午
ミニ講座
11月8日(月)11:00～
「栄養の消化管吸収について」
11月22日(月)11:00～
「骨の健康」

【受付時間】

初診 8:00～11:00 再診 8:00～11:30
診療時間 9:00～

診療科	診察日
内科 消化器科	月～金
循環器科 外科	
小児科 眼科	月～金
皮膚科	※火曜日は予約の患者さんのみ 月～金
整形外科	※木曜日は予約の患者さんのみ 月～金
外科(乳腺)	水・木
放射線科	※1 水・金
耳鼻咽喉科	月・木
呼吸器科	火・水・金

※毎月第3日曜日は小児科当番医となります。
前の金曜日(11月19日)は小児科休診となります。

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・外科・歯科	月～金

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・外科・歯科	月～金

市民医学講座 入場無料

演題 皮膚がんを見落とさないコツ
とき 11月10日(水) 午後3時～4時30分
ところ 石巻グランドホテル
講師 東北大学大学院 皮膚科教授 相場節也先生
対象 市民
主催 (社)石巻市医師会
(財)石巻市救急医療事業団 石巻市
☎ 94-5111

夜間急患センターの診療時間

☎ 94-5111

診療科	診療日	診療時間
内科	毎夜	午後6:00～翌朝8:00
	月～木	午後7:00～午後10:30
小児科	金	午後7:00～翌朝8:00
	土	午後6:00～翌朝8:00
	日・祝	午後6:00～翌朝6:30

※夜間急患センターでは、中学生以下の方は、内科の受診ができませんのでご了承ください。なお、小児科は、曜日により診療時間が異なりますのでご注意ください。

河北歯科診療所

☎ 62-3208

診察日	受付時間
月～金	8:30～11:30/13:00～16:30 (土・日休診)

月謝制・資格を持った外国人講師によるレッスン [広告]
2歳児からシニアまで。楽しく英会話を学んでみませんか。

ジェイムズ英会話

☎ 96-4714 石巻駅より徒歩1分

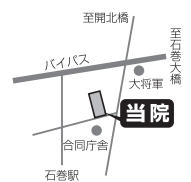
無料体験レッスン実施中・お気軽にお試しください!!

<http://www.james.co.jp>

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、フッ化物塗布行います
診療時間/8:45～12:30
14:00～18:00
休診日/日曜・祝日



石巻市東中里2-3-3(県合同庁舎向かい)

☎ 96-8778