



子育て支援センター

☎ 地域子育て支援センター ☎46-3042
 戸倉地区子育て支援センター ☎28-9366
 歌津地区子育て支援センター ☎28-9656

あけましておめでとうございます！

子育て支援センターでは、子どもが安全に伸び伸びと遊べ、季節の行事や生きる力を共に学ぶ活動を行っています。
 本年も地域・戸倉・歌津地区子育て支援センターをよろしくお祈りします。



子育て支援センターで お正月遊びを楽しみませんか？

簡単な「カルタ」や「福笑い」
「手回しコマ」で遊びましょう。



子どもは風の子、元気な子！

晴れた日には各子育て支援センターのデッキや庭で遊びましょう。乳児も短時間の外気浴は大切です。戸外の冷たい空気に少しずつ慣れていくことで、風邪をひきにくくすると言われています。無理のない程度で生活に取り入れていきましょうね。

第5回親子体操教室のお知らせ

- 日時 1月19日(水) 午前10時30分～11時30分
- 内容 親子ふれあい体操(ベビーマッサージ有り) 大人向けお楽しみストレッチ(定員10組)
- 申し込みを希望する人は地域子育て支援センターの申込用紙にご記入ください。
- 戸倉・歌津地区子育て支援センターは閉館となります。



■施設開放日 (利用前に電話予約をお願いします)

施設名	開放曜日	開放時間
地域子育て支援センター	月曜日～金曜日	午前10時～正午 午後1時～3時
戸倉地区子育て支援センター	月曜日～水曜日	午前10時～正午 午後1時～3時
歌津地区子育て支援センター	水曜日～金曜日	午前10時～正午 午後1時～3時

☎ 保健福祉課子育て支援係 ☎46-1402



1月の保健行事

保健行事	開催日	受付時間	会場	対象者
3～4か月児健康診査	12日(水)	12:45～13:00	総合ケアセンター南三陸	令和3年8月～9月生まれ
2歳6か月児歯科健康診査	19日(水)	12:45～13:00	総合ケアセンター南三陸	平成31年4月～令和元年5月生まれ
3歳児健康診査	24日(月)	12:45～13:00	総合ケアセンター南三陸	平成30年3月～4月生まれ
母子手帳・予防接種予診票の交付	毎週月曜日	13:00～17:00	総合ケアセンター南三陸 ※歌津総合支所	※指定日以外または歌津総合支所での交付を希望する人は事前に連絡してください。 (保健福祉課 ☎46-5113)

*各種健診の対象者へは住民登録に基づいて個別に通知しています。また、前回健診を受けていないお子さんは上記の健診について受けることができますので、お早めに受けられますようお願いいたします。

☎ 保健福祉課健康増進係 ☎46-5113

休日救急当番医

診療時間

午前9時～午後5時

医療機関により一部診療時間が異なります。
 あらかじめ実施医療機関にお問い合わせください。

●気仙沼市

1日(土)	村岡外科クリニック(田中前)	23-3990
2日(日)	森田医院(八日町)	22-6633
9日(日)	大友医院(三日町)	22-6868
10日(月)	おだか医院(田中前)	22-3210
16日(日)	鈴木医院(長磯原の沢)	27-2315
23日(日)	南気仙沼内科医院(内の脇)	25-7412
30日(日)	条南整形外科(田中前)	29-6711

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、37.5度以上の発熱者や県内外に旅行後の人は、事前に実施医療機関に電話でご相談ください。

歯科休日当番医

診療時間

午前9時～正午

(気仙沼市：最終受付は午前11時30分)
 診療時間が変更になる場合がありますので、事前に医療機関にお問い合わせください。

●南三陸町

9日(日)	志津川歯科クリニック(南町)	46-5678
-------	----------------	---------

●気仙沼市

1日(土)	菅原歯科医院(南郷)	24-1818
2日(日)	鈴木歯科医院(赤岩五駄鱈)	22-0827
3日(月)	千葉歯科医院(東新城)	22-1360
9日(日)	佐藤歯科医院(唐桑町)	32-2309
10日(月・祝)	ハーモニー歯科医院(幸町)	25-8367
16日(日)	鈴木歯科医院(赤岩五駄鱈)	22-0827
23日(日)	千葉歯科医院(東新城)	22-1360
30日(日)	みうら歯科クリニック(長磯船原)	27-4145

まちの健康相談室「ぽかぽか」のお知らせ

自分の健康状態を振り返る機会や、日ごろ人に言えない気持ちを聞いてもらう場としてのご利用など、内容がはっきりしていなくても相談が可能です。相談員(保健師・栄養士)がお待ちしていますので、お気軽にお立ち寄りください。

- 日時 1月25日(火) 午前10時～午後1時
- 場所 南三陸町役場 マチドマ
- 内容 保健師・栄養士による個別相談 ※お薬手帳をお持ちください。

血圧測定や
筋肉量測定も
出来ます。

まちの
保健室

☎ 保健福祉課健康増進係 ☎46-5113