

11月の保健行事

保健行事	開催日	受付時間	会 場	対 象 者
1 歳 6 か 月 児 健 康 診 査	5 日 (水)	12:45～13:00	総合ケアセンター 南三陸 健診室	令和 6 年 2 月～3 月生まれ
3 ～ 4 か 月 児 健 康 診 査	10 日 (月)	12:45～13:00	総合ケアセンター 南三陸 健診室	令和 7 年 6 月～7 月生まれ
2 歳 児 フ ッ 素 塗 布	17 日 (月)	13:00～13:15	総合ケアセンター 南三陸 健診室	令和 5 年 8 月～10 月生まれ
3 歳 児 健 康 診 査	28 日 (金)	12:45～13:00	総合ケアセンター 南三陸 健診室	令和 4 年 2 月～3 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	支援給付金の申請のため、マイナンバーカードと通帳の写しをお持ちください。 ※指定日以外での交付、歌津総合支所での交付を希望する人は事前に連絡願います。

※乳幼児健診の対象者へ個別に通知しています。

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

医療機関により診療可能な年齢や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

2 日 (日)	おだか医院 (田中前)	22-3210
3 日 (月・祝)	すがわら内科クリニック (松崎萱)	25-8825
9 日 (日)	村岡外科クリニック (田中前)	23-3990
16 日 (日)	齋藤外科クリニック (東新城)	22-7260
23 日 (日)	南気仙沼内科医院 (内の脇)	25-7412
24 日 (月・祝)	三条小児科医院 (田中前)	23-0088
30 日 (日)	大友医院 (三日町)	22-6868

※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

2 日 (日)	みうら歯科クリニック (長磯船原)	27-4145
3 日 (月・祝)	ファミリー歯科医院 (田中前)	24-2822
9 日 (日)	ハーモニー歯科医院 (幸町)	25-8367
16 日 (日)	皆川歯科医院 (赤岩五駄鱈)	22-9611
23 日 (日)	米倉歯科クリニック (南郷)	22-9955
24 日 (月・祝)	田中前加藤歯科医院 (田中前)	22-1167
30 日 (日)	金沢歯科医院 (新町)	24-1155

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聴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 11月11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
- 受付時間は午後0時30分までとなります。
- ※お薬手帳をお持ちください。

血圧・筋肉量
体脂肪測定など
健康チェックを
してみましょう

保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113

まちの健康相談室
「ぽかぽか」

乳がん検診(未検者検診)のお知らせ

6月に実施した乳がん検診を受けることができなかった人を対象に、下記の日程で追加検診を実施します。自身の健康のために、ぜひ検診を受けましょう。

令和 7 年度から、40歳以上は奇数・偶数の年齢による制限がなくなり、「前年度未受診者(受けていない人)」が対象となります。



●日時および会場

会 場	日 時	対象地区と受付時間		
		① 9 : 00～ 9 : 30	② 9 : 30～ 10 : 00	③ 10 : 00～ 10 : 30
総合ケアセンター南三陸 1 階 健診室	11月 8 日 (土)	志津川地区	戸倉地区 入谷地区	歌津地区

会場の混雑を避けるため、受付時間と対象地区を設定しておりますが、都合が悪い場合は他の時間帯で受けていただいても構いません。この場合の事前連絡は不要です。

●対象者および検診料金

年齢の基準日：令和 8 年 3 月 31 日時点

項 目	対 象 者	料 金
超 音 波 検 査	30歳から39歳までの女性	1,000円
マンモグラフィ 2 方向	40歳から64歳までの前年度未受診の女性	1,500円
	41歳になる女性 (クーポン券対象者)	無料
マンモグラフィ 1 方向	65歳から69歳までの前年度未受診の女性	1,000円
	70歳以上で前年度未受診の女性	無料

※生活保護を受給している人は、無料で受けられます。

●当日の持ち物

- ①受診票 ②検診料金 ③マイナ保険証または資格確認書 ④大きめのバスタオル
- ⑤乳がん検診無料クーポン券 (昭和59年 4 月 2 日～昭和60年 4 月 1 日生まれの人)

※クーポン券は6月に受診票と一緒に送付しております。紛失した場合は再発行ができますので、保健福祉課健康増進係までお問い合わせください。

※③は当日受診票を持参しなかった場合に提示していただくことがあります。

保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113

ひとりで悩まず
相談してみませんか？

こころの
健康相談

- 日 時 11月18日(火) 午後2時～4時
- 場 所 総合ケアセンター南三陸
- 相談内容 眠れない、イライラする、気持ちが落ち込んでいる、人とうまくかかわれない、やる気が起きない、病院へ受診しようか迷っているなど、ご本人またはそのご家族からの相談をお受けします。
- 相 談 医 光ヶ丘保養園 新階医師 (精神科医)
- 予約期限 11月11日(火) 保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113