

みんなで話そう “縁起でもない話” ～ACP(人生会議)で悔いのない自分らしい生き方を～

ゲーム感覚でカードを使いながら、これからの人生をどう生きたいかを明るく話し合ってみましょう。ご自身やご家族の介護、医療、終活、そしてその人らしい生き方について前向きに考えるきっかけとなる講座です。ぜひ、お気軽にご参加ください。

- 日 時 11月5日(木) 午後1時30分～3時頃
- 場 所 総合ケアセンター南三陸 2階 大会議室
- 講 師 般社団法人Link Workers 吉崎伸一氏(作業療法士、公認心理士)
- 対 象 どなたでもご参加いただけます。※筆記用具を持参してください。
- 申込方法 地域包括支援センターへ電話でお申し込みください。
- 申込締切 10月23日(金)

共催：宮城県気仙沼保健福祉事務所 地域包括支援センター ☎46-5588

依存症関連専門相談・家族教室

専門相談ではアルコール、ギャンブル、薬物などをやめたいのにやめられない人、心配しているご家族や周囲の人からの相談を専門職がお受けします。

家族教室ではアルコール、ギャンブル、薬物などをやめられない人のことを心配しているご家族へ、毎回テーマを設定して行っている勉強会です。今回は「望ましい行動を増やす方法・イネイブリングをやめること」をテーマに専門職の人から学び、同じ立場の人との話し合いを通して、楽になる方法を考えます。

専門相談、家族教室は両方参加することもできます。

- 日 時 10月20日(火) 専門相談 午前11時～11時45分
午後2時30分～3時15分
午後3時30分～4時15分
家族教室 午後1時～2時10分

- 場 所 総合ケアセンター南三陸
- 相 談 員 東北会病院 鈴木精神保健福祉士
- 申込方法 要予約(事前に相談内容をうかがいます)
※10月13日(火)までに下記へお申し込みください。

保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113 気仙沼保健福祉事務所 母子・障害班 ☎21-1356



ひきこもり居場所支援事業

マイスペースここてらす南三陸

「あなたが安心して行ける場所」を開設します。開設時間内であれば、いつ来ても、いつ帰っても良い、自由に過ごせる居場所です。スタッフや、参加メンバーと交流してみませんか。

- 日 時 10月9日(金)、23日(金)、29日(木) 午前10時30分～午後3時
- 場 所 生涯学習センター(南三陸町志津川字新井田165-1)
- 対象者 ひきこもりの状態にある義務教育終了後からおおむね50歳までの人
※初めて参加を希望する人は、事前に面接をさせていただきますので保健福祉課健康増進係までお申し込みください。
- 参加費 無料
- その他 昼食は各自持参となります。

保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113

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 ①10月13日(火) 午前10時～午後1時
南三陸町役場 マチドマ
②10月28日(水) 午前10時～午後1時
南三陸ハマレ歌津かもめ館
- 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。

歌津地区でも開催しています。健康チェックも出来ます。お待ちしております。

保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113



令和8年度 肺がんCT検診のご案内

肺がんCT検診を実施します。
申し込みをした人は、ご自身の健康のために、忘れずに検診を受けましょう。

日 程	月 日	会 場
	10月28日(水)	総合ケアセンター南三陸1階 健診室
	10月29日(木)	
	10月30日(金)	
	11月2日(月)	
	11月4日(水)	
	11月5日(木)	歌津総合支所 検診室
	11月6日(金)	

- 受付時間 午前9時～11時30分、午後1時30分～2時30分

- 対象者および検診料金 50～75歳の人(年齢基準日：令和9年3月31日時点)

※7月に行われた住民健診で結核・肺がん検診(胸部レントゲン検査)を受けた人は対象外です。

検診項目	対象年齢	料金
肺がんCT検診	50歳～75歳	2,000円
喀痰細胞診検査	50歳～69歳	500円
	70歳以上の人、生活保護を受給されている人	無 料

※肺がんCT検診は生活保護を受給されている人も料金が発生します。

- 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外靴入れ

※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。

- その他 「喀痰細胞診検査」は喫煙指数(喫煙年数×1日の本数)が600以上の高危険群の人のみが対象です。それ以外の人は受けられませんのでご了承ください。

保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113

インフルエンザ予防接種のお知らせ

南三陸病院では、インフルエンザ予防接種を下記のとおり実施します。

接種期間	10月1日(木)～12月24日(木) ワクチンの入荷状況により、変更する場合がありますので、ご了承ください。
接種日時	月曜日～木曜日 午後3時～4時 小児科診療日 月・水・金曜日の午後
予約方法	●当院かかりつけの人⇒受診の際に主治医にお申し出ください。 ●かかりつけ以外の人⇒事前に電話でご予約をお願いします。 予約の受付時間…月曜日から金曜日 午後2時～午後4時 ●3歳未満のお子さま⇒事前に小児科へ電話予約をお願いします。 予約の受付時間 診療日(月・水・金) 午後3時～4時30分
そ の 他	接種料金は、年齢などで異なりますので、電話でお問い合わせください。



新型コロナウイルス感染症の状況に応じ、今後変更になることもありますのでご了承ください。

南三陸病院 ☎46-3646