

9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	8日(月)	12:45～13:00	総合ケアセンター 南三陸 健診室	令和7年4月～5月生まれ
1歳6か月児健康診査	22日(月)	12:45～13:00	総合ケアセンター 南三陸 健診室	令和5年12月～令和6年1月生まれ
3歳児健康診査	26日(金)	12:45～13:00	総合ケアセンター 南三陸 健診室	令和3年12月～令和4年1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

7日(日)	大友医院(三日町)	22-6868
14日(日)	村岡外科クリニック(田中前)	23-3990
15日(月・祝)	齋藤外科クリニック(東新城)	22-7260
21日(日)	あいざわクリニック(東新城)	21-1160
23日(火・祝)	すがわら内科クリニック(松崎萱)	25-8825
28日(日)	森田医院(八日町)	22-6633

※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

7日(日)	志津川歯科クリニック(南町)	46-5678
-------	----------------	---------

●気仙沼市

7日(日)	皆川歯科医院(赤岩五駄鱈)	22-9611
14日(日)	米倉歯科クリニック(南郷)	22-9955
15日(月・祝)	田中前加藤歯科医院(田中前)	22-1167
21日(日)	金沢歯科医院(新町)	24-1155
23日(火・祝)	菅野歯科医院(赤岩杉ノ沢)	22-2235
28日(日)	三浦歯科医院(津谷明戸)	42-2418

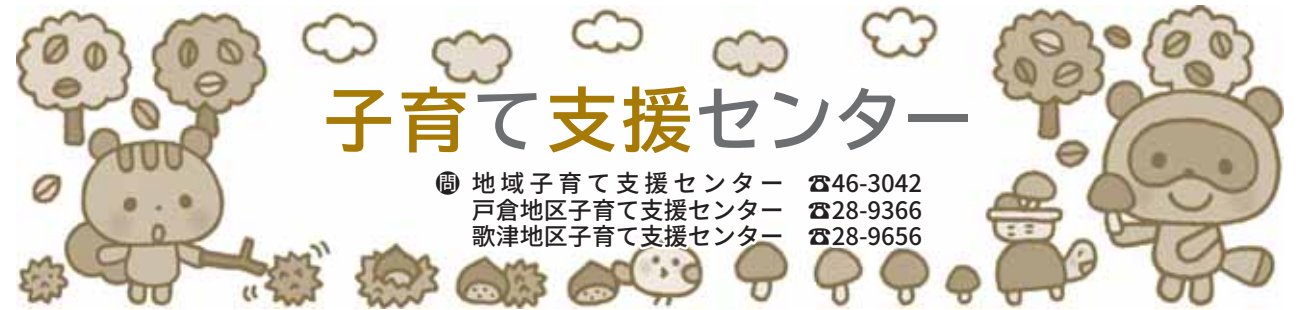
まちの健康相談室「ぽかぽか」のお知らせ

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)がお待ちしておりますので、お気軽にお立ち寄りください。

- 日時 9月9日(火) 午前10時～午後1時 受け付けは午後0時30分までとなります。
- 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・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



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

町には3つの子育て支援センターがあります。親やその家族が子育てをとおした仲間づくりを行い、子育ての情報交換と子育て相談、そして、必要な時には、迅速かつ柔軟に専門職につないでもらう、衛生的で、安心安全な皆さまの居場所。特に乳幼児には嬉しい施設機能と玩具を備えております。一度来館してみてください。たくさんの方の皆さまのお越しを心からお待ちしております。(詳しい行事の様子は南三陸子育てアプリ母子モをご覧ください！)

第2回「母親教室」

「親(孫)と子のイイ関係～愛着の土台づくりと子育てのヒント」と題し、年間4回開催します。今回のテーマは「いろいろな感覚を育てよう～遊びのヒント」です。遊びをとおして、こどもの世界を広げる内容や方法を一つ一つ講師先生がお話します。感覚・感性・感情に至るまでの接し方のヒントを知ると知らないでは、明日からの子育てに大きな差がでます。この機会を逃さず、ご家族、ご友人とご参加ください。

- 日時 9月9日(火) 午前10時30分～11時30分
- 講師 特別支援教育士スーパーバイザー・佐藤牧子氏
- 参加方法 地域子育て支援センターに直接お申し込みください。(☎46-3042)

※当日は同室内で支援センタースタッフが託児を行います。(定員：10組)
講話終了後に保健師による身長・体重測定ができます。



「第3回 親子体操教室」

年間6回開催する「親子体操教室」の3回目です。ベビーマッサージや幼児体育など子どもの発育に必要な「体の動かし方」を講師先生が丁寧に教えてくれます。育児で疲れた身体をほぐすストレッチもゆったりしっかり行う教室です。参加者皆様に合ったプログラムで行いますので、安心してご参加ください!!

- 日時 9月3日(水) 午前10時30分～11時30分
- 講師 阿部 純子 氏
- 参加方法 地域子育て支援センターに直接お申し込みください。(☎46-3042)(定員：10組)



リフレッシュヨガの会

千葉珠樹講師とともに心と体を整える会です。ご自身の内面とゆったりと向き合える時間を持ち、毎日の子育てで少しづらついた心のケアをしませんか？

- 日時 9月26日(金) 午前10時30分～11時30分
- 講師 千葉 珠樹 氏
- 参加方法 地域子育て支援センターに直接お申し込みください。(☎46-3042)

※当日は、同室内で支援センタースタッフが託児を行います。(定員：8組)



歯科衛生士さんの講話の会

前年度好評だった、町内の歯科衛生士さんのお話を聞く会を開催します！赤ちゃんのお口の中のケアは？乳歯、歯茎、食べ物の影響、かみかみすることの大切さなどを丁寧に学びたいと思います。ママたちだけでなく、お家でお子さんを預かる機会のあるご家族にも聞いてほしいです。ぜひ、ご参加ください。

- 日時 9月16日(火) 午前11時～正午
- 講師 阿部 タ 氏(歯科衛生士)
- 参加方法 地域子育て支援センターに直接お申し込みください。(☎46-3042)

※当日は、同室内で支援センタースタッフが託児を行います。(定員：10組)

その他の
行事予定

9月4日(木)	栄養士さんと話そうの会
10日(水)	9月生まれの誕生会
24日(水)	10月のカレンダー作りの会

9月1日(月)・29日(月) ひまわり教室のため地域子育て支援センターは午前中休館※両日の戸倉地区子育て支援センターは休館です。ご了承ください。

子育て支援センターでは、絵本の読み聞かせの時間も大切にしています。午前活動の最後に手遊びと絵本の時間があります。お子さんの好きな一冊を私どもと発見しませんか？近頃、人気の絵本は「ぼーぼー ぼーぼー」です。繰り返される「ぼーぼー ぼーぼー」の音のリズムや抑揚がツボるみたいです。読み聞かせは「こどもの心の栄養」です。スマホは便利だけど、やっぱりお家の人のぬくもりを感じながら大好きな本を見たり、一緒にページをめくる時間は一生忘れない思い出になります。今しかない貴重なこどもの時間を楽しんでください。



- 施設開放日 ◇施設利用の際は電話予約してください。◇利用当日でも予約できます。※毎週水曜日は地域子育て支援センターのみの開放です。※一時預かり、育児相談も随時受け付けています。

施設名	電話番号	開所日	開放時間
地域子育て支援センター	46-3042	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	28-9366	月曜日・火曜日	
歌津地区子育て支援センター	28-9656	木曜日・金曜日	

☎ 保健福祉課 子育て支援係 ☎46-1402