

ヘルシー インフォメーション

問い合わせ

東松島市役所 ☎82-1111 代表FAX:82-8143

(東松島市内での固定電話の市外局番 0225)



乳幼児健康診査・健康相談のお知らせ

場所 矢本保健相談センター

問

健康推進課子ども健康係

☎内線3102・3108

	乳幼児健康診査（診察開始:13時30分～、受付時間は健診により異なります）								妊産婦・子どもの健康相談 (午前開催)※要予約
	4か月児		1歳6か月児		2歳児歯科		3歳児		
	日程	生まれ月	日程	生まれ月	日程	生まれ月	日程	生まれ月	
10月	24日(金)	令和7年6月	23日(木)	令和6年3月	2歳児歯科健診は奇数月のみ実施 次回、11月26日(水)		27日(月)	令和4年5月	20日(月)

対象者には、通知しています。通知が届いていない方・転入された方などは、下記まで連絡ください。1歳6か月児と3歳児は、健診時間の短縮のために健診票の事前返送に協力ください。4か月児と2歳児歯科の健診票は、通知(ハガキ)に記載した二次元コードから期日までに回答してください。

※妊産婦・子ども健康相談は予約が必要となりますので、子育て支援アプリまたは電話で予約ください。

妊娠・出産・子育てに関すること

子育て支援アプリ(すくすくアプリひがマーチ)

妊娠中のアンケートの回答や面談の予約等に使用、妊娠・出産・子育てに関する情報を随時発信しています。

母子健康手帳交付

交付には予約が必要です。予約は子育て支援アプリもしくは電話で予約してください。

子育て支援アプリ
ダウンロード

イトーイ〜ナギフト(旧:出産子育て応援給付金)

令和7年4月1日から対象者を拡大して対応しています。(流産・死産された方も対象になる場合があります)

※各事業の詳しい内容は、市ホームページを確認または問い合わせください。

市ホームページ



■問 健康推進課子ども健康係 ☎内線3116・3123

休日・夜間の診療当番医のお知らせ

診療が必要な場合は電話で受け入れ可能か確認をしてから受診してください。

東松島市の休日担当医院および薬局

診療時間:9時～17時

日曜日・祝日の日中に急患・診療対応を行っている医療機関です。

月日	医院名	電話番号	薬局名	電話番号
10月5日(日)	石垣クリニック内科・循環器科	83-7070	ひまわり調剤薬局	83-8075
10月12日(日)	伊東胃腸科内科	82-6666	たかぎ薬局 赤井店	83-5466
10月13日(月・祝)	やもと内科クリニック	98-3260	フロンティア薬局矢本店	90-3908
10月19日(日)	うつみレディスクリニック	84-2868	調剤薬局 くりっく	24-9730
10月26日(日)	鳴瀬中央医院	87-3853	みつと調剤薬局	83-7806
			アイン薬局 東松島店	86-1251

救急電話相談

夜間や休日の急な病気やけがで、救急車を呼んだ方がよいのか迷うときや、応急処置の方法が知りたいときの相談ダイヤルです。

区分	電話番号	時間
おとな救急 電話相談	①#7119 ②022-706-7119	毎日〈24時間〉
子ども救急 電話相談	①#8000 ②022-212-9390	毎日〈19時～翌朝8時〉

※相談と助言を目的とするものです。緊急、重症と考えられる場合は、迷わず119番に電話してください。

※固定電話やIP電話など①を利用いただけない場合は②の番号でかけてください。

夜間診療

急患、診療対応を行っている医療機関です。一次救急施設のため、応急処置が原則です。

診療科目	曜日・時間
内科	月～土曜日 18時～翌朝7時 / 日曜日、祝日 18時～翌朝6時
外科	月～土曜日 18時～翌朝7時 / 日曜日、祝日 9時～17時、18時～21時
小児科	月～金曜日 19時～22時 / 土曜日 18時～翌朝7時 / 日曜日、祝日 18時～翌朝6時

■問 石巻市夜間急患センター
(石巻市蛇田字西道下71 ☎94-5111)

小児科休日急患診療

日曜日・祝日の日中に子どもの急患・診療対応を行っている医療機関です。

■診療時間
9時～17時

■問 石巻市夜間急患センター
(石巻市蛇田字西道下71 ☎94-5111)

歯科休日救急診療

■診療時間 9時～17時

■問 石巻歯科医師会休日診療所
(石巻市中里三丁目10-12 ☎94-8223)

教えてドクター!みんなの健康相談室 vol.3

Q 喫煙は本当に体に悪いのでしょうか。愛煙家は減ったのに肺がんが増えていていると聞きます。(58歳男性)

A こんにちは。JR仙石線陸前小野駅から徒歩5分の場所で開業している「鳴瀬中央医院」院長の齋藤雄康です。喫煙に関する質問に関しお答えします。2023年8月現在、喫煙は肺がんを含めた多くのがんの原因になっていることが分かっています。有害物質や発がん物質が含まれる紙巻きタバコの煙には、喫煙者が吸い込む主流煙と、火のついた紙巻きタバコから立ち上がる副流煙があります。副流煙を自分の意思と関係なく吸い込むことを受動喫煙と言いますが、受動喫煙も肺がんの大きなリスクになることが分かっています。

最近煙がでない新型タバコ(電子タバコ・加熱式タバコ)を使用する人が増えていますが、発生するエアロゾルや蒸気にも紙巻きタバコ同様、有害物質・発がん物質が含まれており、受動喫煙のリスクも紙巻きタバコ同様にあ

ることが分かっています。

愛煙家が減っても肺がんが減らないのはこのためで、受動喫煙の機会を減らすことが重要になります。また、長年の喫煙や受動喫煙は、徐々に進行する息切れを特徴とした慢性閉塞性肺疾患(COPD)の原因にもなります。40歳以上で頻繁に痰が絡んだ咳が出る、坂道や階段の登りで息切れする、風邪を引きやすく治りにくい人は、COPDの可能性が高く、病院を受診した方が良いでしょう。

石巻管内では、石巻赤十字病院に石巻地域COPDネットワーク(ICON)があり、診断確定や初期治療などを受けることができます。COPDが確定したらまず禁煙です。状態が安定したら、治療はかかりつけ医や近隣の医療機関で継続し、年に数回ICON外来でCOPDの状態や肺がんの有無を検査します。COPDも進行すると、自宅での酸素吸入が必要になります。肺がんやCOPDにならないよう、また周囲の大切な人を危険にさらさないよう、喫煙者は一刻も早く禁煙しましょう。



齋藤雄康医師