

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)

3

すべての人に
健康と福祉を

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

	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	
8月	28日(金)	令和8年4月	25日(火)	令和7年1月	2歳児歯科健診は奇数月のみ実施。 次回9月24日(木)		27日(木)	令和5年3月	26日(水)

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。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1歳6か月児、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また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・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3108・3123

休日・夜間の診療当番医のお知らせ

医療機関の都合により変更になる場合がありますので、最新情報は市ホームページをご覧ください。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

月日	医院名	電話番号	薬局名	電話番号
8月2日(日)	やもと内科クリニック	98-3260	ひかり薬局矢本 フロンティア薬局矢本店	83-5077 90-3908
8月9日(日)	神山クリニック	98-8617	東まつしま薬局	98-5077
8月11日(火・祝)	野蒜ヶ丘痛みのクリニック	98-6662	ひかり薬局野蒜ヶ丘	86-2520
8月16日(日)	仙台ペインクリニック石巻分院	82-1310	ウジエ調剤薬局矢本店	84-3053
8月23日(日)	ししど内科クリニック	83-8830	調剤薬局くりっぷ みっと調剤薬局	24-9730 83-7806
8月30日(日)	森さい生医院	98-8891	ひかり薬局野蒜ヶ丘	86-2502

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良いのか迷うときや、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番に電話をかけてください。
※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)

健康情報かわらばん

■問 健康推進課予防健診係 ☎内線3119

飲食店×東松島市=健康定食(スマートミール)

市では、KIBOTCHA(キボッチャ)内にある食堂「ハライソ〜発酵の楽園〜」と連携し、健康定食を開発。この度、健康な食事・食環境認証制度において、スマートミールに認証されました。スマートミールは、エネルギー、塩分、野菜量が認証団体の定めた基準を満たした健康的な食事のことで栄養バランスの整ったお手本の食事です。もちもちの発酵玄米おにぎり、中華糰で漬けた軟らかでジューシーなからあげをご賞味ください。

ハライソ〜発酵の楽園〜

■営業時間 ランチ:11時～14時30分 デイナー:17時～21時(予約制)

■場所 野蒜字亀岡80番 ■定休日 火曜日 ■問 ☎25-7319



▲もちもち発酵玄米プレート(中華糰からあげ)1,200円(税込)
※こちらの料理は予約をお願いします。



市内のスマートミール提供店は、ガクタベからご覧ください。