

くらしのカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
			1 国民の休日 内 加藤医院 ☎ 26-2653 外 大泉記念病院 ☎ 22-2111 もやせるごみ	2 国民の休日 内 かのクリニック ☎ 26-6330 外 刈田病院 ☎ 25-2145 缶	3 憲法記念日 内 たかはし内科 ☎ 22-2535 外 刈田病院 ☎ 25-2145	4 みどりの日 内 海上内科 ☎ 25-1501 外 大泉記念病院 ☎ 22-2111
5 こどもの日 内 柿崎小児科 ☎ 25-2736 外 刈田病院 ☎ 25-2145	6 振替休日 内 柿崎小児科 ☎ 24-3571 外 刈田病院 ☎ 25-2145 ペットボトル	7 午前：湯原出張診療	8 歯科診療 もやせるごみ	9 ビン・紙類	10 歯科診療休診 容器包装プラ	11
12 内 海上内科 ☎ 25-1501 外 刈田病院 ☎ 25-2145	13 よいトレ(運動) 活性化センター 午後1時30分～	14 午前：湯原出張診療	15 歯科診療 もやせるごみ	16 その他プラ	17 歯科診療	18
19 内 水野内科 ☎ 25-2736 外 刈田病院 ☎ 25-2145	20 げんき塾(運動) 活性化センター 午後1時30分～	21 午前：湯原出張診療 午後3時30分～ 関診療所休診	22 歯科診療 もやせるごみ	23 もやせないゴミ・紙類	24 歯科診療 容器包装プラ	25
26 内 梅津内科 ☎ 24-3571 外 大泉記念病院 ☎ 22-2111	27	28 精神保健相談 保健センター 午後1時30分～ 午前：湯原出張診療	29 歯科診療 もやせるごみ	30 ビン	31 歯科診療	6/1

※生ごみを出す場合は、水気を十分に切ってください。また**全てのごみ袋は、袋の口をしっかりと結んで出すようにしてください。**
 ※医師の出張や健診などにより、診療時間が変更になることがありますので予約外で受診される場合は、事前に診療所に電話でご確認頂くことをお勧めします。
 ※休日当番医は、都合により変更になる場合があります。
 ※運動教室にはじめて参加される方は、保健センターへご連絡ください。(☎37-2331)

健康一ロメロ

ペットロス症候群

仙南サナトリウム+ 医師

少子高齢化が進む現代の日本では、ペットは家族の一員として大変重要な存在となつていきます。ペットを失ったことによる身体的・精神的不調は「ペットロス症候群」とよばれ、メンタルヘルスの上で重大な問題になってきています。

身体的な不調としては頭痛、息苦しさ、消化器症状、食欲異常、腰痛、全身倦怠感など、精神的な不調としては不眠、悪夢、孤独感、集中できないなどの他に、ペットの死に過度に責任を感じてつらくなってしまうこともよくあります。

このような症状は、心が強いダメージを受けた時の自然な反応です。徐々に回復していくものですが、そ

か。

のために①自分なりの方法で葬儀をする。②悲しみを共感してくれる人に話す。③生活をいつもより忙しくする(ペットの死を考える時間を少なくする)方法が有効です。人の死と同じように、ペットの場合も「喪の過程」をきちんと行うことが、心の回復には大切なことです。それでも不調が1カ月以上も続く時にはかかりつけ医や専門家への相談や、自助会に参加してみるのも一つの方法です。

死別は誰しも避けられませんが、乗り越えることで得られるものもあります。ペットの死をこえて成長をとげること。それは癒やしと励ましを与えてくれたペットへの、飼い主ができる恩返しではないでしょうか。

Saito 齊藤 仁 咲
Misaki

こちら診療所

所長 山本 一博

4月に診療所の所長に就任した山本です。2年間過した前任の登米市では赴任予定の診療所が直前に閉鎖となり、2年を過ごした診療所は退職5か月後に閉鎖となりました。

住んでいる皆さんにとって一番大切なことは、この町で唯一の診療所を継続することだと思えます。その為には職員さんたちの負担を減らすこと、赤字を少しでも減らすことも大切でしょう。また医療は診療所だけで行えるものではありません。薬局が継続できることにも思いを致す必要はあると思います。あの診療所は大変だから勤務したくないと次の医師がいなければどうしようもありません。申し訳ありませんが、どうしても必要なことを中心にして総合的に判断することが大切だということをご理解ください。

勿論、今は通院している患者さんたちの病状を把握するために全力を尽くしています。表面には現れにくいですが診療所を維持するために努力しておられる役所の人たちと協力して継続の為に頑張ろうと思っています。

私はお互いを思い遣り合いながら、少しでも良くなるように努力するのが美しいのだと思いません。個人的なことを含め諸事情で2年と言う長い任期ですが、努力させて頂きますのでよろしくお願ひいたします。

今回は検診のお話を書かせて頂きますが、是非とも申し込みをしておいてください。

七ヶ宿ポツchonラジオ放送中



毎週水曜日12時25分から5分間、七ヶ宿の情報をFM仙台(ラジオ)で発信しています。移住・定住の情報の他、町内のお祭りやイベントなど、様々な情報を発信しますので、町民のみなさんも楽しめるラジオです。ぜひご視聴してみてください!

- Date fm エフエム仙台 77.1MHz
- 毎週水曜日 12時25分

はみだしケイゴ

このコーナーでは、編集の都合上、載せたかったけど記事に入り切らなかった写真、情報を掲示して紹介するコーナーです。

今月の納税

この社会
あなたの税が
生きている

固定資産税 第1期
軽自動車税 全期

納期及び口座振替は5月31日(金)です。納期内納入にご協力をお願いします。事前に預貯金の残高を確認しましょう。

戸籍の窓

平成31年4月17日現在 (敬称略)

- ◆出生おめでとうございます
松川 碧人 智喜・貴美(湯原)
- ◆結婚おめでとうございます
中村 満夫 (長老)
高橋 果鈴
- ◆お悔やみ申し上げます
吉田 潤 63歳(関)
玉井 きよ 96歳(湯原)
渡部 昭男 86歳(関)

町の人口

平成31年3月31日現在

男	680人(-8)
女	693人(-10)
計	1,373人(-18)
世帯数	634戸(-8)
	()先月比