

大人の健診・相談

項目	期日	時間	会場	問い合わせ・申し込み
国民健康保険特定健診 長寿健診・介護予防健診	4日(水)、5日(木)、30日(金) 11日(水)、12日(木)	13:00~14:00	さざんか 細江コミュニティセンター	医療保険室 ☎0023 健康づくり室 ☎0024 特定健診は、榛原総合病院健診センターでも受診できます。(要予約) ☎29309
胃がん・大腸がん検診 前立腺がん検査 肝炎ウイルス検査 ペプシノゲン検査	1日(月)、2日(火)、5日(金) 15日(金)、16日(土)、18日(月) 19日(金)、24日(金)、25日(土) 26日(日)	8:15~9:30	相良保健センター 牧之原区民センター 菅山農業就業改善センター トーク地頭方 萩岡公民館	健康づくり室 ☎0024 *すでに申し込みをした人で、期日や会場などを変更したい場合も、連絡をください。
総合健康相談・認知症予防相談	2日(水)、16日(水)、30日(金) 9日(水)	9:00~11:00	さざんか 相良保健センター	健康づくり室 ☎0024
精神保健福祉総合相談	24日(水)	13:30~	中部健康福祉センター(藤枝市)	費用無料、予約制 中部健康福祉センター障害福祉課 ☎054(644)9279
高次脳機能障がい専門医療等総合相談	17日(水)	14:30~	島田市保健福祉センター(島田市)	中部健康福祉センター障害福祉課 ☎054(644)9279
	17日(水)	13:00~17:00	中部健康福祉センター(藤枝市)	中部健康福祉センター障害福祉課 ☎054(644)9279

11月の休日当番医

診療時間 午前9時~午後5時
急病者などの受け入れを目的としておりますので、通常の診療を目的に来院できません。
なお、受診前に当番医療機関に電話連絡をお願いします。

*榛原総合病院の救急外来については、直接問い合わせください。 ☎21131

期日	開業医(榛原・吉田地域)	開業医(相良・御前崎地域)
3日(水)	佐故医院 ☎27010	小田医院 ☎0426
7日(日)	徳山整形外科 ☎0666	永尾内科循環器科医院 ☎6611
14日(日)	岡野内科医院 ☎1266	堀口外科医院 ☎5858
21日(日)	えんどうこどもクリニック ☎7373	渡辺内科医院 ☎5232
23日(水)	マスタクリニック ☎0555	田形内科医院 ☎5320
28日(日)	はいばら泌尿器科クリニック ☎0887	酒井内科医院 ☎1100

急病診療施設

志太榛原地域
救急医療センター
☎054(644)0099
■診療時間(年中無休)
19:30~22:00
*8月から診療時間変更。
■診療科目
内科・小児科
■持ち物
保険証や各受給者証
服用中の薬



福永 希 保健師

こんにちは、母子保健を担当している保健師の福永希です。毎日家事や子育てで頑張っているお母さんと会う機会が多く、元気をもらっています。
妊婦さんは妊婦生活を楽しんでいますが、妊娠・出産は女性の人生の中でとても大きな出来事です。妊娠初期は母親の実感がわかないという人もいるかもしれませんが、だんだんお腹が大きくなり胎動を感じると赤ちゃんが誕生する日が待ち遠しく感じる人も多くなります。
その反面、母親になるという責任感からいろいろなことで悩んだり不安になったりすることもあります。そのようなときは病院や保健センター、家族などに相談してください。

元気があー!
NO. 18

話を聞いてもらおうと気持ちよく話してみよう。人に話を聞いてもらおうと気持ちよく話してみよう。人に話を聞いてもらおうと気持ちよく話してみよう。
お母さんをひとりにならないうような家族が協力することも必要です。少しの間、赤ちゃんをあやすだけでも大丈夫です。今日はどうだったか話を聞いただけでも気持ちになります。
以前よりお母さんの笑顔が減った、何だか辛そうに見えるなど、変化に気づくことができるのは身近にいる家族です。
いつもと違って様子がおかしいなと思ったら気軽に健康づくり室へ相談ください。わたしたち保健師がサポートします。

あなたの未来や子どもの未来、家族の未来のために。
必ず年に1回はみんなで健康チェックをしましょう。



11月は相良地域の胃がん・大腸がん検診の月です。
がん検診・特定健診を忘れずに受診しましょう。

子どもの相談・健診・予防接種・講座

項目	期日	時間	会場	対象	持ち物など	問
母子健康手帳の交付	1日(月)、15日(金)、29日(金) 8日(水)、22日(水)	9:00~11:00	さ 相	妊婦	妊娠届出書	健
1歳児健康相談	11日(水)	9:00~10:00	相	平成21年10月、11月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
1歳6カ月児健診(満年齢)	5日(金)	13:00~14:00	相	平成21年3月、4月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
2歳児歯科健診	9日(水)	13:00~14:00	相	平成20年10月、11月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
2歳6カ月児歯科健診	16日(水)	13:00~14:00	さ	平成20年4月、5月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
3歳児健診(満年齢)	18日(金)	9:00~10:00	さ	平成19年9月、10月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
3歳6カ月児歯科相談	17日(木)	8:30~10:00	相	平成19年4月、5月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
4歳児歯科相談	17日(木)	8:30~10:00	相	平成18年10月、11月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
赤ちゃん相談	2日(水) 4日(金)	9:00~11:00	さ 相	乳児と保護者	母子健康手帳	健
三種混合予防接種	17日(木) 12日(水)	13:00~14:00	さ 相	平成22年4月~6月生まれ 1期追加者	母子健康手帳 予診票、体温計	健
BCG予防接種	8日(水) 2日(金)	13:00~14:00	さ 相	平成22年7月生まれ	母子健康手帳 予診票、体温計	健
離乳食教室(要予約)	12日(金)	9:30集合	さ	4~11カ月児の希望者	母子健康手帳、タオル ベビースプーン	健
家庭児童相談室	月~金曜日 *祝日は休み	9:00~16:00	さ	18歳未満の子の保護者など	内容:子育てや家庭の相談	子支
お母さんと遊ぼう! ちゃちゃこべビー(要申込)	11日(水) 10日(火)	10:00~11:00	子相	8~11カ月児 3~7カ月児	バスタオル	子様
ブックスタート	17日(木)	13:30~14:30	子様	平成22年7月生まれ	母子健康手帳、バスタオル	子様
のびのび子育て井戸端会議	9日(水) 30日(木)	10:00~11:30	い さ	入園前の子どもとその親	内容:パネルシアター 内容:おやつ作り(参加費100円) 要申し込み(先着15組)*託児あり	社

*離乳食教室は、午前9時15分までに来場すれば離乳食作りが見学できます。

会場/国:健康福祉センターさざんか 相:相良総合センターい〜ら 相:相良保健センター
子相:子育て支援センター榛原(さざんか) 子相:子育て支援センター相良(い〜ら)
問い合わせ/健:健康づくり室 ☎0024 子支:子育て支援室 ☎0071 子様:子育て支援センター榛原 ☎0174
社:社会福祉協議会 ☎3500

静岡こども救急電話相談

子どもが急な病気で心配なとき、看護師や小児科医が電話でアドバイスします。毎日午後6時から翌朝8時まで(年中無休)。☎054(247)9910
*10月から相談時間が延長されました。