

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 (オプション検査あり)	5日(金)、6日(土) 24日(金)、25日(土)	13:00~14:00	相良保健センター 菅山農業就業改善センター	国民健康保険課 ☎230023 オプション検査料金 尿酸検査:105円、前立腺がん検査:1,680円、心電図:1,680円、貧血検査:210円
婦人科検診	3日(金)、28日(金)①、② 4日(土)①、② 5日(土)① 5日(土)② 7日(日)、10日(日)①、② 22日(土)① 29日(土)①	①9:10~9:30 ②13:00~13:20	相良保健センター 細江コミュニティセンター 坂部区民センター 勝間田会館 さざんか 相良保健センター さざんか	健康推進課 ☎230024
総合健康相談・認知症予防相談	4日(土)、18日(土) 11日(土)、25日(土)	9:00~11:00	さざんか 相良保健センター	予約制 健康推進課 ☎230024
HIV抗体検査	6日(土) 20日(土)	18:00~19:40 9:00~11:00	中部健康福祉センター(藤枝市)	予約制 中部健康福祉センター地域医療課 ☎054(644)9273
肝炎ウイルス検査	6日(土) 20日(土)	17:30~ 11:20~	中部健康福祉センター(藤枝市)	予約制 中部健康福祉センター地域医療課 ☎054(644)9273
精神保健福祉総合相談	20日(土) 26日(土)	15:00~ 13:30~	中部健康福祉センター 榑原分庁舎(牧之原市) 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
高次脳機能障がい医療等総合相談	10日(日)	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
不妊不育専門電話相談	毎週(金)・(祝)日休み	10:00~15:00	県総合健康センター(三島市)	県不妊不育専門相談センター ☎055(991)2006

9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、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。  
\*藤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(藤原・吉田地域)	開業医(相良・御前崎地域)
2日(日)	藤本クリニック ☎241200	藤原整形外科 ☎580431
9日(日)	はいばら泌尿器科クリニック ☎280887	廣瀬医院 ☎50006
16日(日)	いしだ眼科 ☎341400	中村医院耳鼻咽喉科歯科 ☎50434
17日(月)	玉井整形外科医院 ☎286667	渡辺内科医院 ☎5232
22日(土)	千内科クリニック ☎341001	堀口外科医院 ☎5858
23日(日)	石井内科皮膚科医院 ☎220013	あかほりクリニック ☎5555
30日(日)	高木内科医院 ☎220003	小田医院 ☎50426

Message  
お知らせ

集団婦人科検診が始まりました。女性のがん(乳がん、子宮がん)が増えています。自分のため、家族のため2年に1度は、必ず婦人科がん検診を受けましょう。

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	3日(日) 10日(日)、24日(日)	9:00~11:00	さ 相	妊婦	妊娠届出書	健
1歳児健康相談	13日(土)	9:00~10:00	相	平成23年8月、9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)	7日(日)	13:00~14:00	相	平成23年1月、2月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
2歳児歯科健診	11日(土)	13:00~14:00	相	平成22年8月、9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	18日(土)	13:00~14:00	さ	平成22年2月、3月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
3歳児健診(満年齢)	20日(土)	9:00~10:00	さ	平成21年7月、8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	19日(土)	8:30~10:00	相	平成21年2月、3月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
4歳児歯科相談	19日(土)	8:30~10:00	相	平成20年8月、9月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
赤ちゃん相談	5日(土) 6日(土)	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	12日(土) 19日(土)	13:00~13:45	相 さ	平成24年2月~平成24年4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	4日(土) 6日(土)	13:00~13:45	相 さ	平成24年5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)	14日(日)	9:30集合	さ	4~6カ月児の希望者	母子健康手帳	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	事前に電話連絡	子支
ブックスタート	20日(土)	13:00~13:30 受付待機	子相	平成24年5月生まれ	母子健康手帳、バスタオル、100円	子棲
のびのび子育て井戸端会議	4日(土) 18日(土)	10:00~11:30 10:00~11:30	さ い	入園前の子どもとその親	内容:おやつ作り 内容:パネルシアター	社

会場/さ: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藤原(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:健康推進課 ☎230024 子支:子育て支援課 ☎230071 子棲:子育て支援センター藤原 ☎20174  
社:社会福祉協議会 ☎25187

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)  
▶#8000……プッシュ回線の固定電話、携帯電話 ▶☎054(247)9910……ダイヤル回線の固定電話、IP電話

志太榛原地域救急医療センター

▶所在地 藤枝市瀬戸新屋362-1(静岡県藤枝総合庁舎横)  
▶診療時間(年中無休) 午後7時30分~午後10時 \*金・土・日曜日は翌日午前7時まで。  
▶診療科目 内科(9月の土曜日(1日を除く)は午後10時まで)、小児科 ▶持ち物 保険証、各受給者証、服用中の薬  
▶問い合わせ ☎054(644)0099

腎臓は、「肝心(肝腎)かなめ」の言葉の通り、肝臓とともに非常に重要な臓器の一つです。  
腎臓には  
①老廃物を体外に排出する  
②体内の塩分、水分調整  
③血圧調整ホルモンの分泌  
④体液中の成分を保つ  
などの働きがありますが、その機能が低下すると  
①体がだるい、食欲不振、吐き気、むくみ  
②高血圧、貧血  
などの症状が現れます。  
肝臓と同じく「沈黙の臓器」と呼ばれるほど自覚症状が出にくいので、機能の低下に気付いたときには手遅れになる場合が多く、腎不全になり人工透析を受けている患者が全国で約30万人います。この40年間で透析患者は増加傾向にあり、市内でも約1200人が透析治療を受けています。  
人工透析は、血液を体外に取り出し、ダイアライザーと呼ばれる透析器(人工の膜)で不要な老廃物や水分を取り除き、血液をきれいにして再び体内に戻すという治療法です。一般的に週に1~3回、専門の施設に通い1回3~5時間かけて治療を行うため、患者さんにとっての負担が大きいです。

元気があー!  
NO. 40



僕は我慢強いじんぞう君。年に一度は、僕の働きを調べてね!

腎臓の状態を調べるには、血液中のクレアチニンの量を検査します。クレアチニンは筋肉中のたんぱく質が使われたときに発生する老廃物で、この量と年齢および性別から計算される「eGFR値」という数値で、腎臓の機能を評価できます。この数値が60であれば、正常な状態の60%の働きをしていることを意味し、数値が50を下回ると要注意です。今年度から、市の国保の特定健診ではクレアチニン検査が無料で受けられるようになりました。健康な腎臓で過ごせるように、ぜひ検査を受けてください。  
保健師 加藤明香