

12月の大人の健診・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)	1日(月) 2日(火)	12:45~14:00	相良保健センター さざんか	市民課 国保年金係 ☎0023 オプション検査料金 尿酸検査:100円、前立腺がん検査: 1,600円、心電図:1,500円、貧血検査:200円
胃がん・大腸がん・肺がん検診 前立腺がん検査 肝炎ウイルス検査 ペプシノゲン検査 喀痰検査 (オプション検査あり)	1日(月)、2日(火)	8:15~11:00	さざんか	榛原総合病院健診センター ☎26144 (予約はこちらで受け付けます) 健康推進課 ☎0024 オプション検査料金 前立腺がん検査:1,900円、ペプシノ ゲン検査:2,160円、A B C検診 (ペプシノゲン検査+ヘリ コバクター・ピロリ菌検査):3,240円、喀痰検査:1,000円 *実施医療機関により、オプション検査料金が異なります ので、ご確認ください。
総合健康相談(心や健康のこと) もの忘れ相談	2日(火)、16日(火) 9日(火)	9:00~11:00	さざんか 相良保健センター	予約制 健康推進課 ☎0024
健診結果みえーる会	2日(火) 9日(火)	9:00集合	さざんか 相良保健センター	健康推進課 ☎0024
体組成測定会	2日(火) 9日(火)	10:00~11:00	さざんか 相良保健センター	予約制 健康推進課 ☎0024
H I V抗体検査	7日(日) 18日(木)	13:00~16:00 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	7日(日) 18日(木)	15:30~ 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	9日(火)、24日(火)	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福祉課 ☎054 (644) 9281
不妊・不育専門電話相談	毎週(火、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

12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
としていますので、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。☎1131

期日	開業医(榛原・吉田地域)	開業医(相良・御前崎地域)
7日(日)	岡野内科医院 ☎1266	廣瀬医院 ☎0006
14日(日)	えんどうこどもクリニック ☎7373	渥美医院 ☎0583
21日(日)	マスタクリニック ☎0555	座光寺医院 ☎3206
23日(火)	さかい耳鼻咽喉科医院 ☎1818	酒井内科医院 ☎1100
28日(日)	岡野内科医院 ☎1266	廣瀬医院 ☎0006
29日(月)	伊東クリニック ☎0361	藤原整形外科 ☎0431
30日(火)	三輪クリニック ☎7300	渡辺内科医院 ☎5232
31日(水)	さかい耳鼻咽喉科医院 ☎1818	田形内科医院 ☎5320

元気が
いかにあふれ
赤ちゃんとのおふれあい遊び
NO. 67

■ふれあい遊びの効果
①コミュニケーションの手段である言葉の発達を赤ちゃんと促す方法として、「いないいないばあ」や「手遊び」などが最適です。楽しく体を動かす遊びは、言葉が覚えやすく学習効果もあります。また、赤ちゃんが出す声を大人が真似して返すことで、赤ちゃんも張り切つて声を出します。声をたくさん出すことがコミュニケーションの基礎になります。

②活動意欲が高まる赤ちゃんには「親に抱かれたい触れたい」という本能的な欲求があります。ふれあい遊びを通して欲求を満たすことで、赤ちゃんも「声を出そう」「動こう」といった活動意欲が高まります。

③ふれあいを通して気持ちを通じ合うことで、親子の間に一体感が生まれ、強い絆で結ばれます。この時期に赤ちゃん自身が「しっかりと応えてもらえた、気持ちを受け取ってもらえた」と思える経験を積むことが、将来思春期を超えていくときの準備にもなります。

■事故には注意
月齢が大きくなるにつれ、赤ちゃんの活動範囲は広がり、好奇心から気になるものに手を伸ばします。転落、火傷、誤飲などの危険がないか、お子さんの目線になって安全に遊べる環境を整えましょう。

■遊び方がわからない「ふれあい遊び」と言っても、どんなことをしたらいいかわからない」というママやパパもいるかもしれません。そのような場合には、子育て支援センターに相談してください。プロの保育士が、赤ちゃんもママ・パパも元気になるふれあい遊びを紹介いたします。

かわいい赤ちゃんの生活を楽しましよ。

保健師 小川

Message お知らせ 手洗い、うがいでインフルエンザ、ノロウイルスを予防しよう！！

12月の子どもの相談・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 (妊婦健康相談)	1日(月)、15日(月) 8日(月)、22日(月)	9:00~11:00	☎ ☎	妊婦	妊娠届出書 都合がつかない方はご連絡 ください	健
赤ちゃん相談	3日(火)	9:00~10:30	☎	生後2か月~7か月未満	母子健康手帳	健
7か月児健康相談	8日(火)	9:00~9:15	☎	平成26年4月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
1歳児健康相談	25日(木)	9:00~9:15	☎	平成25年11月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
1歳6か月児健診(満年齢)	4日(木)	9:00~9:30	☎	平成25年4月、5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(火)	13:00~13:30	☎	平成24年11月、12月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
2歳6か月児歯科健診	16日(火)	13:00~13:30	☎	平成24年5月、6月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
3歳児健診(満年齢)	5日(金)	13:00~13:30	☎	平成23年10月、11月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
3歳6か月児歯科相談	17日(水)	8:30~10:00	☎	平成23年5月、6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(水)	8:30~10:00	☎	平成22年11月、12月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
予防接種説明会	5日(金)	10:00集合	☎	平成26年10月生まれの子の 保護者	母子健康手帳 出生時の配布資料	健
B C G予防接種	15日(月)	13:00~13:45	☎	平成26年6月生まれ	母子健康手帳 予診票、体温計	健
	17日(火)		☎			
日本脳炎	8日(月)	13:00~13:45	☎	平成23年11月生まれ	母子健康手帳 予診票、体温計	健
	11日(木)		☎			
	19日(金)		☎			
	22日(月)		☎			
パパママおめでとう講座	13日(土)、20日(土)	9:30集合	☎	妊娠5か月から8か月までの 安定期の人とその夫	母子健康手帳	健
離乳食教室(要予約)	12日(金)	9:50集合	☎	4~6か月児の保護者	母子健康手帳、アンケート	健
家庭児童相談室	月~金曜日 *祝日は休み	9:00~16:00	☎	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	16日(火)	13:00~13:30 受付	☎	平成26年8月生まれ	母子健康手帳、バスタオル、 参加費:100円(本代)	子検
のびのび子育て井戸端会議	22日(月)	10:00~11:30	☎	入園前の子どもとその親	内容:クリスマス会 参加費、申し込み不要	社

*1歳6か月健康診査および3歳児健康診査は、対象年齢に達してから受診してください。

会場/☎:健康福祉センターさざんか ☎:相良総合センターい〜ら ☎:相良保健センター ☎G:相良B&G海洋センター
☎子:子育て支援センター榛原(さざんか) ☎子:子育て支援センター相良(い〜ら)
問い合わせ/健:健康推進課 ☎0024 子:子ども子育て課 ☎0071 子検: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)
▶#8000……ブ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(12月の土曜日は午後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