

7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)	7日(月)、8日(火)	12:45~14:00	菅山農業就業改善センター	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
	17日(木)、18日(金)		勝間田会館	
	24日(木)、25日(金)		相良保健センター	
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)	14日(月)	8:15~11:00	牧之原区民センター	横原総合病院健診センター ☎06144 (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。
	16日(水)		トーク地頭方	
	17日(木)		菅山農業就業改善センター	
	18日(金)、22日(火)、29日(金)		相良保健センター	
	19日(土)、23日(水)、28日(月)		さざんか	
	24日(木)		相良公民館	
	25日(金)		勝間田会館	
31日(木)	牧之原コミュニティセンター			
結核・肺がん検診 大腸がん検診	15日(火)	12:30~14:00	堀の内農業研修センター	横原総合病院健診センター ☎06144 (予約はこちらで受け付けます) 健康推進課 ☎0024
	16日(水)		落居公民館	
	18日(金)		大江区民会館	
	22日(火)		片浜防火コミュニティセンター	
	23日(水)		川崎コミュニティ防災センター	
	24日(木)		笠名公民館	
	25日(金)		仁田公民館	
	28日(月)		青池公民館	
	30日(水)		寄子公民館	
	31日(木)		牧之原南公民館	
総合健康相談・もの忘れ相談	18日(水)、19日(木)、29日(金) 8日(火)、22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
H I V抗体検査	3日(木)	18:00~19:40	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
	17日(木)	9:00~11:00		
肝炎ウイルス検査	3日(木)	17:30~	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
	17日(木)	11:20~		
精神保健福祉総合相談	8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
	16日(水)	14:30~	島田市保健福祉センターはなみずき	
高次脳機能障がい医療等総合相談	14日(月)	13:00~	静岡総合庁舎別館	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(水)(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

7月の休日当番医

診療時間 午前9時~午後5時

*横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。 ☎01131

期日	開業医(榛原・吉田地域)	開業医(相良・御前崎地域)
6日(日)	赤堀整形外科医院 ☎020117	座光寺医院 ☎03206
13日(日)	加藤内科医院 ☎0701	サガラ眼科 ☎2222
20日(日)	三輪クリニック ☎7300	酒井内科医院 ☎1100
21日(月)	こどもクリニックあおかわ小児科 ☎6789	藤原整形外科 ☎0431
27日(日)	伊東クリニック ☎0361	渥美医院 ☎0583

元気な我が家

認知症は防げるのか？

答えは〇でもあり×でもあります。

認知症には幾つかの種類がありますが、多くは脳の老化が根本に存在します。脳の出番の少ない生活が続くと徐々に重度化し、ちょっとした物忘れに始まり、場所がわからなくなったり、家族の認識ができなくなったりと日常生活が難しくなります。徘徊はさらに進んだ状態で、行方不明になる方は、国内でなんと年間約1万人もいるそうです。

そのため、早い段階で症状を見つけ、再び脳に刺激を与えるような生活を取り戻す必要がありますよね。

社会とのつながりを増やし、活動的な生活を送ること、認知症の発症や進行は緩やかに進みます。身近な方が元気な高齢期を送れるよう、地域ぐるみで考え、みてはいかがでしょうか。

保健師 小林 友紀乃

Message. 気温や湿度が高くなると体の水分は、汗をかかなくても思っている以上に減っていることがあります。熱中症予防に水分と栄養補給をしましょう。

7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)	7日(月)	9:00~11:00	☎	妊婦	妊娠届出書	健
	14日(月)、28日(月)		☎			
赤ちゃん相談	2日(水)	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	14日(月)	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歳児健康相談	24日(木)	9:00~9:15	☎	平成25年6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)	11日(金)	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歳児歯科健診	8日(水)	13:00~13:30	☎	平成24年6月、7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	15日(水)	13:00~13:30	☎	平成23年12月、平成24年1月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
3歳児健診(満年齢)	17日(木)	9:00~9:30	☎	平成23年5月、6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	16日(水)	8:30~10:00	☎	平成22年12月、平成23年1月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
4歳児歯科相談	16日(水)	8:30~10:00	☎	平成22年6月、7月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
予防接種説明会	4日(金)	10:00集合	☎	平成26年5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
BCG予防接種	22日(水)	13:00~13:45	☎	平成26年1月生まれ	母子健康手帳 予診票、体温計	健
	30日(水)		☎			
日本脳炎	3日(木)	13:00~13:45	☎	平成23年5月、6月生まれ	母子健康手帳 予診票、体温計	健
	4日(金)		☎			
離乳食教室(要予約)	11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	23日(水)	13:00~13:30 受付	☎	平成26年3月生まれ	母子健康手帳、バスタオル、 参加費:100円(本代)	子機
のびのび子育て井戸端会議	3日(木)	10:00~11:30	☎	入園前の子どもとその親	内容:七夕 要申し込み、 定員30組、参加費あり	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 ☎☎:相良B&G海洋センター
☎☎:子育て支援センター榛原(さざんか) ☎☎:子育て支援センター相良(い〜ら) ☎:勝間田会館
問い合わせ/健:健康推進課 ☎0024 子:子ども子育て課 ☎0071 子機: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……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(7月の日曜日は午後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)0059