

10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(金)、8日(土)、9日(日) 30日(金)	12:45~14:00	鶴江コミュニティセンター 相良保健センター	市民課 国保年金係 ☎230023 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)	13日(金)、26日(金)、29日(金) 14日(土) 16日(日) 17日(日)、22日(金)、23日(土) 19日(月) 20日(火) 21日(水) 26日(月) 27日(火) 30日(金)	8:15~11:00	さざんか 萩間公民館 相良公民館 相良保健センター 牧之原コミュニティセンター トーク地頭方 勝間田会館 菅山農業就業改善センター 坂部区民センター	榎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 ☎230024 オプション検査料金 前立腺がん検査:1,750円、ペプシノ ゲン検査:2,160円、ABC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。
婦人科検診 (子宮頸がん、乳がん検診、骨粗 鬆症検診)	6日(金)、15日(金)、26日(月) 7日(土) 9日(日)、10日(月)、14日(金)、15日(土) 13日(火)① 13日(火)② 16日(金) 22日(木)① 22日(木)②	①9:10~9:30 ②13:00~13:20 (原則①②)	相良保健センター トーク地頭方 さざんか 坂部区民センター 勝間田会館 牧之原コミュニティセンター 相良公民館 萩間公民館	予約制 健康推進課 ☎230024
総合健康相談(心や健康のこと) もの忘れ相談	6日(火)、20日(火) 13日(火)、27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 ☎230024
体組成測定会	6日(火) 13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 ☎230024
HIV抗体検査	1日(木) 15日(木)	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	1日(木) 15日(木)	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	6日(火)、21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(土、日、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

Message  
お知らせ

食物繊維を多く含む今から旬のサツマイモを食べて、便秘予防!

10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)	5日(金)、19日(月) 26日(月)	9:00~11:00	相	妊婦	妊娠届出書 都合がつかない人はご連絡 ください	健
赤ちゃん相談	7日(火)	9:00~10:30	相	生後2カ月~7カ月未満	母子健康手帳、アンケート	健
7カ月児健康相談	26日(月)	9:00~9:15	相	平成27年2月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
1歳児健康相談	22日(土)	9:00~9:15	相	平成26年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)	1日(木)	9:00~9:30	相	平成26年2月、3月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
2歳児歯科健診	13日(火)	13:00~13:30	相	平成25年9月、10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	20日(火)	13:00~13:30	相	平成25年3月、4月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
3歳児健診(満年齢)	27日(火)	13:00~13:30	相	平成24年8月、9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	21日(火)	8:30~10:00	相	平成24年3月、4月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
4歳児歯科相談	21日(火)	8:30~10:00	相	平成23年9月、10月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
予防接種説明会	2日(金)	10:00集合	相	平成27年8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	15日(土) 21日(火)	13:00~13:30	相	平成27年4月生まれ	母子健康手帳 予診票、体温計	健
日本脳炎	8日(木) 28日(火)	13:00~13:30	相	平成24年8月、9月生まれ	母子健康手帳 予診票、体温計	健
パパママおめでとう講座(要予約)	31日(土)	9:15集合	相	妊娠5カ月から8カ月まで 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)	9日(金)	9:50集合	相	4から6カ月児の保護者	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	相	18歳未満の子の保護者など	事前に電話連絡	子
ブックスタート	21日(火)	13:00~13:30 受付	相	平成27年6月生まれ	母子健康手帳、バスタオル、 参加費:100円(本代)	子

\*1歳6カ月健康診査および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/相: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  
相:相良B&G海洋センター  
子:子育て支援センター榎原(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 ☎230024 子:子ども子育て課 ☎230071 子:子育て支援センター榎原 ☎20174  
社:社会福祉協議会 ☎233500

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

志太榎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構)  
▶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(10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)0099

10月の休日当番医

診療時間 午前9時~午後5時

期日	開業医(榎原・吉田地域)	開業医(相良・御前崎地域)
4日(日)	玉井整形外科医院 ☎286667	田形内科医院 ☎25320
11日(日)	いしだ眼科 ☎341400	あかほりクリニック ☎25555
12日(月)	はいばら泌尿器科クリニック ☎280887	小田医院 ☎20426
18日(日)	千内科クリニック ☎341001	酒井内科医院 ☎51100
25日(日)	石井内科皮膚科医院 ☎200113	堀口外科医院 ☎25858

\*榎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

2015年10月17日18日  
5km・15km・30kmコースを走る  
第1回 日本一の山一富士一山を走る

参加者募集  
TEL. 090-4405-1086  
0548-23-0024

保健師 鈴木杏里紗

元気な  
いかにあ！  
NO. 77

最近、歩いていきますか？  
日本人の歩数は、この10  
年間で1日1000歩減少  
していることが分かっています。  
車社会になり、歩く  
機会が減っているのが原因  
のひとつです。  
運動習慣がある人として  
ない人とは、その後  
掛かる医療費に差が出てく  
ると言われています。  
もちろん運動習慣がある  
人の方が医療費は低い  
です。

今秋、牧之原市市制10周  
年を記念して、10月17日(土)  
18日(日)に「第1回まきのは  
らびタミツデーウォー  
ク」が開催されます。  
運動習慣のない人は、こ  
の機会にウォーキングを始  
めてみるのはいかがでしょ  
うか。  
コースは5・15・30キロ  
メートルの各2コースで、  
全6コースを設置します。  
詳細は、ホームページを  
ご覧ください。  
家族や友人などと一緒に  
ぜひ参加ください。