

1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
歯とお口のおしゃべり相談会	25日(金)	9:30~10:30	さざんか	予約制 健康推進課 ☎0024
総合健康相談(心や健康のこと)もの忘れ相談	17日(金)、31日(金)	9:00~11:00	さざんか	予約制 健康推進課 ☎0024
	10日(金)、24日(金)		相良保健センター	
体組成測定会	10日(金)	10:00~11:00	相良保健センター	予約制 健康推進課 ☎0024
HIV抗体検査	5日(金)	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
	19日(金)	9:00~11:00		
肝炎ウイルス検査	5日(金)	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
	19日(金)	11:20~		
精神保健福祉総合相談	18日(金)	14:30~	島田市保健福祉センター(はなみずき)	費用無料、予約制 中部健康福祉センター福祉課 ☎054(644)9281
	25日(金)	13:30~	中部健康福祉センター(藤枝市)	
高次脳機能障がい医療等総合相談	26日(金)	13:00~17:00	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(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

1月の休日当番医

期日	開業医(橋南西部地区)	開業医(橋南東部地区)
1日(金)	あかほりクリニック ☎5555	川田医院 ☎0154
2日(土)	渡辺内科医院 ☎5232	マスタクリニック ☎0555
3日(日)	藤本クリニック ☎41200	岡野内科医院 ☎31266
8日(土)	サガラ眼科 ☎92222	田崎クリニック ☎8585
9日(日)	佐故医院 ☎7010	徳山整形外科 ☎0666
15日(土)	酒井内科医院 ☎1100	えんどうこどもクリニック ☎7373
22日(土)	渥美医院 ☎0583	岡野内科医院 ☎31266
29日(土)	廣瀬医院 ☎0006	川田医院 ☎0154

診療時間 午前9時~午後5時

\*橋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

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ましょう!

1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)	16日(月)、30日(月)	9:00~11:00	さ	妊婦	妊娠届出書、個人番号カードまたは通知カード 都合がつかない人はご連絡ください	健
	23日(月)		相			
赤ちゃん相談	5日(金)	9:00~10:30	相	生後2カ月から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	12日(金)	9:00~9:30	さ	平成28年5月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
1歳児健康相談	10日(金)	9:00~9:30	さ	平成27年12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)	16日(月)	13:00~13:30	相	平成27年5月、6月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
2歳児歯科健診	24日(金)	13:00~13:30	相	平成26年12月、平成27年1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(金)	13:00~13:30	さ	平成26年6月、7月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
3歳児健診(満年齢)	19日(金)	13:00~13:30	さ	平成25年11月、12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	18日(金)	8:30~10:00	相	平成25年6月、7月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
4歳児歯科相談	18日(金)	8:30~10:00	相	平成24年12月、平成25年1月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
予防接種説明会	6日(金)	10:00集合	さ	平成28年11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
	12日(土)	13:00~13:30	さ	平成28年7月生まれ	母子健康手帳 予診票、体温計	健
17日(土)	相					
日本脳炎予防接種	13日(土)	13:00~13:30	相	平成25年11月、12月生まれ	母子健康手帳 予診票、体温計	健
	23日(月)		さ			
離乳食教室(要予約)	13日(土)	9:50集合	さ	4カ月から6カ月の保護者	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	さ	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	17日(金)	13:00~13:30 受付	さ	平成28年9月生まれ	母子健康手帳、バスタオル、 参加費:100円(本代)	子機

\*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/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 相:相良B&G海洋センター  
子機:子育て支援センター橋原(さざんか) 子機: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 子機:子育て支援センター橋原 ☎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

志太橋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)  
▶診療科目 内科・小児科  
▶持ち物 保険証、各受給者証、服用中の薬  
▶診療時間 月曜日~木曜日…午後7時30分~午後10時 金曜日~日曜日…午後7時30分~翌朝7時  
\*金曜日から日曜日の午後10時以降は、小児科のみとなる日があります。受診する前にご確認ください。  
▶問い合わせ ☎054(644)0099

**売気は いかにあ!**  
NO. 92

■レシピの紹介  
1年の始まりは「おせち」を食べましょう  
今回は、おせち料理のいわれについて紹介します。  
「田作り」  
カタクチイワシの子どもを干したものです。昔は稲を植える時に田んぼに小イワシを細かくきざみ、灰を混ぜて肥料にしました。今年もいとお米がとれますように、という願いが込められています。  
「数の子」  
数の子はニシンの卵を乾燥または塩漬したものです。ニシンは卵の数が多いことも多いことから数多い子、つまり我が家がこれから子どももがたくさん生まれて代々栄えますように、という意味があります。  
「伊達巻」  
江戸時代、長崎から江戸に伝わった「カステラがまほこ」が伊達者(シヤレ者)たちの着物に似ていたので伊達巻と呼ばれるようになったという説があります。

す。また、昔は本のような読み物は巻物になっていたので、文化の発展を表しているともいわれています。  
このように、おせちにはたくさんのお祝いや願いが込められています。  
今回のレシピは伊達巻です。ぜひ手作りでおせちに加えてみてください。  
簡単レシピ「伊達巻」  
「材料(4人分)」  
・卵 6個  
・白はんぺん 100グラム  
・砂糖 大さじ4杯  
・本みりん 大さじ5杯強  
・塩 小さじ2分の1杯  
「作り方」  
①全ての材料をミキサーにかける  
②オープンシートを敷いた天板に①を流し入れ200度のオープンで約5分焼く  
③熱いうちにオープンシートをはがし、上部を外側に巻きす  
で巻いて  
輪ゴムで  
留め、冷  
めたら適  
当な大き  
さに切る  
管理栄養士 山内麻莉絵

