

Message... お知らせ 季節の変わり目は体調を崩しやすいです。
しっかりと休養と睡眠をとるようにしましょう！

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)	4日(月)、11日(月) 18日(月)、25日(月)	9:00～11:00	㊦	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連絡し てください	健
赤ちゃん相談	28日(木)	9:00～10:30	㊦	生後2カ月～7カ月未満	母子健康手帳、アンケート	健
7か月児健康相談	22日(金)	9:00～9:30	㊦	令和3年9月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
1歳児健康相談	8日(金)	9:00～9:30	㊦	令和3年4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)	14日(木)	12:50～13:30	㊦	令和2年9月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
2歳児歯科健診	19日(木)	12:50～13:30	㊦	令和2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)	26日(木)	12:50～13:30	㊨	平成31年2月、3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(木)	10:00～11:00	㊦	令和4年2月生まれ	母子健康手帳 出生時の配布資料	健
子宮頸がんワクチン	令和4年4月から、積極的勧奨が再開 されました。 対象者には個別にお知らせします。			中学一年～高校一年の女子	接種を希望する人は、 問い合わせてください。	健
まきたまクラブ(要予約)	16日(土)	9:30～12:00	㊦	妊婦とその夫または家族	母子健康手帳	健
離乳食教室(要予約)	28日(木)	9:50集合	㊦	4～5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	㊦	18歳未満の子の保護者など	事前に電話連絡	こ
ブックスタート(要予約)	13日(木)	13:30～14:30	㊦子榛	令和3年12月生まれ	母子健康手帳、バスタオル、 参加費：100円(本代)	子榛
	20日(木)		㊦子相			

*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。
*新型コロナウイルス感染症の状況によって、延期する場合があります。その際は「まきはぐメール」でお知らせします。

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
子榛：子育て支援センター榛原（さざんか） 子相：子育て支援センター相良（い〜ら） 榛：榛原文化センター

問い合わせ／健：健康推進課 ☎㊦0024 こ：こどもセンター ☎㊦0083 子榛：子育て支援センター榛原 ☎㊦0174
社：社会福祉協議会 ☎㊦3500

志太榛原地域救急医療センター

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

▶ 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 月～金曜日 午後7時30分～午後10時（年中無休）
※土・日曜日は翌日午前7時まで。

▶ 診療科目 〔月～金〕 内科・小児科 〔土・日〕 内科・小児科（第1土曜、第2・3・4日曜の午後10時から翌日午前7時までは小児科のみ）

▶ 持ち物 保険証、各受給者証、服用中の薬 ▶ 問い合わせ ☎054（644）0099

期日	開業医（榛南西部地区）	開業医（榛南東部地区）
3日回	座光寺医院 ☎③3206	えんどうこどもクリニック ☎②7373
10日回	田形内科医院 ☎⑤5320	かわしりこどもクリニック ☎③0555
17日回	高木内科医院 ☎②0003	さかい耳鼻咽喉科医院 ☎④1818
24日回	あかほりクリニック ☎⑤5555	佐故医院 ☎②7010
29日祝	廣瀬医院 ☎⑤0006	玉井整形外科医院 ☎⑧6667

診療時間 午前9時～午後5時
 ＊都合により、休日当番医が変更となる場合があります。榛原医師会のホームページからも情報の確認ができます。
 ＊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。 ☎01131

▼大切なものを失う
▼飲酒量が増える

●**悩みを打ち明けたら**
①**気持ちを受け止める**
本人は相談することに勇気が必要なことも多いですが、本人が辛いと思っていることを理解しましょう。

②**助言よりも「聴く」**
相談されるとアドバイスしたくなるのは人情ですが、しかし、まずは「話を聴く」ことが大切で、そこで「本人自らが悩みを整理していく手伝いをする」という視点を持つことが大切です。

③**内容により、専門機関などにつなぐ**
悩みを聞いた人が、一人で抱え込むことはありません。専門家の支援が必要と感じたら、相談を促しましょう。

●**牧之原市のキャンペーン**
市では、自殺予防月間に合わせて、図書館いこっと・榛原図書館にて、3月1日～31日、困まで特集展示を開催します。関連図書、リーフレットや啓発グッズなどの配布を行います。ぜひお立ち寄りください。

健康推進課 鈴木沙愛