

5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
総合健康相談(心や健康のこと)もの忘れ相談	随時 *要予約	9:00~11:00	相良保健センター	予約制 健康推進課 ☎0024
			さざんか	
体組成測定会	9日(火)	9:00~11:00	さざんか	予約制 健康推進課 ☎0024
こころとねむりの相談会	随時 *要予約	-	さざんか	予約制 健康推進課 ☎0024
自死遺族面接相談「すみれ相談」	開催予定		静岡県精神保健福祉センター ☎054 (286) 9245	
自死遺族のつらい(東部わかちあい すみれの会)	開催予定		静岡県精神保健福祉センター ☎054 (286) 9245	
HIV抗体検査	①11日(木) ②25日(木)	①18:00~19:30 ②9:15~11:00	中部健康福祉センター	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	①11日(木) ②25日(木)	①18:00~19:30 ②9:15~11:00	中部健康福祉センター	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	10日(木)	13:15~	中部健康福祉センター(藤枝総合庁舎)	予約制 中部健康福祉センター福祉課 ☎054 (644) 9281
	18日(木)	13:45~	中部健康福祉センター(榛原分行舎)	
不妊・不育専門電話相談	毎週(木) (年末年始祝日休み)	13:00~17:00	静岡県不妊・不育専門相談センター	静岡県不妊・不育専門相談センター ☎080 (3636) 3229
	毎週(木、土) (年末年始祝日休み)	10:00~15:00		

Message お知らせ 暖かくなってきましたね。新しく環境が変わった人は、休日に睡眠・栄養をしっかりとってリフレッシュしましょう♪

5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)、8日(月) 15日(月)、22日(月) 29日(月)	9:00~11:00	さ	妊婦	妊娠届出書、マイナナンバーがわかる書類、通帳、印鑑	健
赤ちゃん相談	18日(木)	9:00~10:30	さ	生後2カ月~7カ月未満	母子健康手帳、アンケート、バスタオル	健
7か月児健康相談	26日(金)	9:00~9:30	さ	令和4年10月生まれ	母子健康手帳、アンケート、バスタオル	健
1歳児健康相談	10日(木)	9:00~9:30	さ	令和4年4月生まれ	母子健康手帳、アンケート、バスタオル	健
1歳6か月児健診(満年齢)	19日(金)	12:50~13:30	相	令和3年10月生まれ	母子健康手帳、アンケート、バスタオル	健
2歳6か月児歯科健診	12日(金)	12:50~13:30	相	令和2年9月、10月生まれ	母子健康手帳、アンケート、バスタオル	健
3歳児健診(満年齢)	25日(木)	12:50~13:30	さ	令和2年3月、4月生まれ	母子健康手帳、アンケート、バスタオル	健
3歳6か月児歯科相談	17日(木)	8:30~9:30	さ	令和元年10月、11月生まれ	母子健康手帳、アンケート、バスタオル	健
4歳児歯科相談	17日(木)	8:30~9:30	さ	平成31年4月、令和元年5月生まれ	母子健康手帳、アンケート、バスタオル	健
予防接種説明会	9日(木)	10:00~11:00	さ	令和5年3月生まれ	母子健康手帳 出生時の配布資料	健
離乳食教室(要予約)	18日(木)	9:50集合	さ	令和4年12月、令和5年1月生まれ	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	こ
ブックスタート(要予約)	31日(木)	10:15~11:15	相	令和5年1月生まれ	母子健康手帳、バスタオル、参加費:100円(本代)	子榛
まきひよクラブ(要予約)	24日(木)	9:30~12:00	さ	産後12カ月までの産婦(6カ月までがオススメ!)	母子健康手帳	健

*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) ☎☎: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

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

*受診を希望する場合は、事前に電話をお願いします。
▶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(6日(土)・14日(日)・20日(土)・28日(日)の午後10時~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

虫歯予防に効果的!
牧之原市のフッ化物洗口
フッ化物洗口の始まり
本市は、昭和50年代から子どもの虫歯がとて多い地域です。平成13年には、中学3年生の1人平均虫歯数が県下でワーストとなり、地域の歯科医師や学校の先生たちがこの状況を改善しようと、園や学校でのフッ化物(フッ素)洗口を始めました。
幼少期から思春期の虫歯は永久歯にも大きく影響し、将来の虫歯や歯周病の原因にもなります。このため、本市では幼稚園保育園年中の時期から中学3年生までの間、フッ化物洗口を継続して行います。最近の研究では、洗口の効果は大人になっても持続すると言われています。
●**フッ化物の虫歯予防効果**
①酸に溶けにくい強い歯にする。
②初期虫歯の進行を抑え、健康な歯にする。
③細菌の活動を抑え、歯垢やプラークを防ぐ。

セルフケア+プロのケア
で虫歯予防!
フッ化物を応用した虫歯予防は、ご家庭での取り組みも大切です。
■フッ化物が含まれる歯磨き粉を使用する。
■歯科医院で定期的に健診を受け、高濃度のフッ化物を塗布してもらう。
■歯科医師や歯科衛生士など、歯の専門家の歯磨き指導を受ける。
この他、本市では1・6歳児健診で4歳児歯科相談まで、半年に1回のフッ化物塗布を実施しています。日頃の丁寧な歯みがきとフッ化物を上手に組み合わせ、虫歯を予防しましょう。
健康推進課

小学校1年生から継続してフッ化物洗口を行い、むし歯の本数が減少したという研究結果が出ています!

