

8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
国保特定健診・長寿健診 (オプション検査あり)	9日(函)	12:45~14:00	牧之原区民センター	国保年金課 ☎0023 ■オプション検査料金(税別) 尿酸検査:110円、前立腺がん検査:1,760円 心電図:1,650円
	29日(函)		さざんか	
	31日(函)		牧之原コミュニティセンター	
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)	7日(函)、22日(函)	8:15~11:00	相良保健センター	健康推進課 ☎0024 胃がん検診 1,900円 大腸がん検診 1,000円 肺がん検診 無料
	25日(金)		榑原総合病院	
	5日(土)		坂部区民センター	
	8日(函)		細江コミュニティセンター	
	9日(函)		牧之原コミュニティセンター	
	10日(函)		ジーボ	
	15日(函)		勝間田会館	
	21日(日)		萩間公民館	
結核・肺がん検診 大腸がん検診	7日(日)	12:30~13:30	女神公民館	肺がん検診 無料
	8日(函)		坂部第六公民館	
	15日(函)		落居公民館	
	16日(函)		朝生公民館	
	25日(金)		大江区民会館	
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
体組成測定会	8日(函)	9:00~11:00	さざんか	
こころとねむりの相談会	随時 ※要予約	—	さざんか	
自死遺族面接相談 「すみれ相談」	16日(函)	13:30~16:00	御殿場健康福祉センター	静岡県精神保健福祉センター ☎054 (286) 9245
	随時 ※要予約	平日 13:30~16:00	静岡県精神保健福祉センター	
自死遺族のつどい (東部わかちあい すみれの会)	19日(土)	13:30~15:30	ぬまづ健康福祉プラザ	
HIV抗体検査	①3日(函) ②17日(函)	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	①3日(函) ②17日(函)	①18:00~19:30 ②9:15~11:00	中部健康福祉センター	
精神保健福祉総合相談	16日(函)	13:30~	中部健康福祉センター	予約制 中部健康福祉センター(藤枝総合庁舎) 福祉課 ☎054 (644) 9281
	24日(函)		中部健康福祉センター 榑原分庁舎	
不妊・不育専門電話相談	毎週(函)	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(函、土)	10:00~15:00		

Message | 日差しが厳しい季節になりましたね。
お知らせ | 熱中症予防のために、こまめに水分補給をしましょう。

8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) (要予約)	7日(函)、14日(函) 21日(函)、28日(函)	9:00~11:00	☎	妊婦	妊娠届出書、マイナンバー がわかる書類、通帳、印鑑	健
赤ちゃん相談	17日(函)	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、 バスタオル	健
7か月児健康相談	18日(金)	9:00~9:30	☎	令和5年1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	9日(函)	9:00~9:30	☎	令和4年7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)	10日(函)	12:50~13:30	☎	令和4年1月生まれ	母子健康手帳、アンケート、 バスタオル	健
2歳児歯科健診	25日(金)	12:50~13:30	☎	令和3年7月、8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)	22日(函)	12:50~13:30	相	令和2年6月、7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	3日(函)	10:00~11:00	☎	令和5年6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)	17日(函)	9:50集合	☎	令和5年3月、4月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
まきひよクラブ(要予約)	23日(函)	9:30~12:00	☎	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
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	福
ブックスタート(要予約)	24日(函)	10:15~11:15	子榛	令和5年4月生まれ	母子健康手帳、バスタオル、 参加費:100円(本代)	子榛

*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/さ:健康福祉センターさざんか 相:相良保健センター 子榛:子育て支援センター榑原(さざんか)
問い合わせ/健:健康推進課 ☎0024 福:福祉こども相談センター ☎0086 子榛:子育て支援センター榑原 ☎0174

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

志太榑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(5日(函)、13日(函)、19日(函)、27日(函)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
*発熱患者の検査(新型コロナウイルス、インフルエンザ)を開始(再開)します。

8月の休日当番医

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。榑原医師会のホームページからも情報の確認ができます。

*榑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(榑南西部地区)	開業医(榑南東部地区)
6日(函)	酒井内科医院 ☎01100	徳山整形外科 ☎00666
11日(函)	田形内科医院 ☎05320	はいばらクリニック ☎05677
13日(函)	堀口外科医院 ☎05858	はやかわ内科医院 ☎01266
20日(函)	御前崎市家庭医療センター しろわクリニック ☎03211	かわしりこどもクリニック ☎00555
27日(函)	サガラ眼科 ☎02222	佐故医院 ☎07010

元気な いかにあ!! NO. 171

健康づくりボランティアの講習会を開催します。リハビリテーションに遊びの要素を加えた「遊びリテーション」で、楽しく体を動かすテクニクや加齢による体の変化、調理実習などの実技を通して実践的な健康づくりを学びます。

市には、皆さんの健康づくりのお手伝いをしているボランティア団体が複数あります。研修後は、地域での活動や各ボランティア会員として楽しく活動しませんか。

例えば、「生きがいリーダー」連絡協議会(ハッピー)は、転ばない・骨折しない体づくり(貯筋体操)の普及や、手芸やレクリエーションの講師など、学校からサロンまで幅広く活動しています。

また、「ちよつとサポート」は、地域の高齢者を集めて会食の場「共食のススメ」を提供しています。他にも、歯と口の健康づくり活動を行う「歯みんぐ」などがあります。

「健康づくりをする仲間が欲しい」「育児が一段落した」「地域を元気にしたい」と考えているあなた。地域での友人づくりや自分の生きがいづくりにつながります。ぜひお問い合わせの上ご参加ください。

日程 9月~12月に全10回
対象 市民70歳未満の人、性別不問)
定員 30人
費用 無料
募集期限 8月31日(函)
申込方法 市ホームページから申込書入手し、FAXで健康推進課へ提出

FAX (24) 1005

「共食のススメ」で提供する料理を調理している様子



健康推進課 保健師