

9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)	4日(月)	12:45~14:00	相良保健センター	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
	6日(水)		勝間田会館	
	13日(水)、29日(金)		ジーボ	
	20日(水)		坂部区民センター	
	22日(金)		さざんか	
27日(水)、28日(木)	萩間公民館			
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)	1日(金)、22日(金)	8:15~11:00	細江コミュニティセンター	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
	4日(月)		牧之原コミュニティセンター	
	5日(水)、6日(木)		相良保健センター	
	20日(水)		さざんか	
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 さざんか	予約制 健康推進課 ☎0024
体組成測定会	12日(水)	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」	20日(水)	13:30~16:00	熱海健康福祉センター (熱海市)	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)	16日(土)	13:30~15:30	ぬまづ健康福祉プラザ (沼津市)	
H I V抗体検査	7日(水)	18:00~19:30	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
	21日(水)	9:15~11:00		
肝炎ウイルス検査	7日(水)	18:00~19:30	中部健康福祉センター	
	21日(水)	9:15~11:00		
精神保健福祉総合相談	5日(水)	13:30~	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
	20日(水)	14:30~	島田市保険福祉センター はなみずき	
不妊・不育専門電話相談	毎週(水) (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... 残暑が厳しい日が続きますね。
お知らせ クーラーなどを活用し、温度調節することで熱中症を予防しましょう。

9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)	4日(月)、11日(月) 25日(月)	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	21日(水)	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	27日(水)	9:00~9:30	☎	令和5年2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	8日(金)	9:00~9:30	☎	令和4年8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(水)	12:50~13:30	相	令和4年2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	6日(水)	12:50~13:30	相	令和3年1月、2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)	14日(水)	12:50~13:30	☎	令和2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6か月児歯科相談	22日(金)	8:30~9:30	☎	令和2年2月、3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	22日(金)	8:30~9:30	☎	令和元年8月、9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	1日(金)	10:00~11:00	☎	令和5年7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)	21日(水)	9:50集合	☎	令和5年4月、5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	☎	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)	28日(水)	10:15~11:15	子相	令和5年5月生まれ	母子健康手帳、バスタオル、 参加費:100円(本代)	子様

*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 子相:子育て支援センター相良(あそぼっと)
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 子様:子育て支援センター榛原 ☎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
アドバイスをします。
毎日24時間利用いただけます。(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(2日(水)、10日(水)、16日(水)、24日(水)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。

9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。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

期日	開業医(榛南西部地区)	開業医(榛南東部地区)
3日(日)	高木内科医院 ☎0003	さかい耳鼻咽喉科医院 ☎1818
10日(日)	渥美医院 ☎0583	えんどうこどもクリニック ☎7373
17日(日)	えのきだクリニック ☎3633	こどもクリニックおおかわ小児科 ☎6789
18日(月)	廣瀬医院 ☎0006	藤本クリニック ☎1200
23日(日)	石井内科皮膚科医院 ☎0013	三輪クリニック ☎7300
24日(日)	渡辺内科医院 ☎5232	玉井整形外科医院 ☎6667

元気に
いかをあ!
NO. 172

イヤイヤ期は
自立への第一歩

イヤイヤ期が始まります。子どもは2歳ごろからイヤイヤ期が始まります。「いやー」と泣いたり怒ったり……。理由が分からず大変な時期です。

イヤイヤ期とは

2歳ごろになると、「自分で」と主張する自我が芽生えてきます。できることが増えてきますが、まだまだ上手にできないこともたくさんあります。「自分でやりたいのにできない」という葛藤が生まれ、かんしゃくなどで自分の気持ちを表現します。

3歳ごろになると少しづつ自分の気持ちを言葉で伝えることができるようになります。

イヤイヤ期の対応

イヤイヤ期は、自分でやりたいという自立性が基盤にあります。この時期に「できた」という体験が、子どもの自立への自信につながります。そのため、子どもの気持ち

ちを否定しないことが大切です。「そっなんだね」と気持ちを認めた上でさり気なく気持ちを切り替えたり、「あれこれどっちがいい?」と子どもに判断を委ねたりしましょう。

そして、お母さん・お父さんに心のゆとりがあることが大切です。余裕がない時は無理をせず、誰かに相談したり、気分転換したりしましょう。



相談したいときは

- ・市では2~3歳の時期に2歳児歯科健診
- ・2歳6か月児歯科健診
- ・3歳児健診

を実施しています。健診では、イヤイヤ期を含め、子育ての悩みやお子さんの成長発達を相談できます。また、電話相談も実施していますので、1人で悩まず、お気軽に相談してください。

健康推進課 保健師