

10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
胃がん検診・大腸がん検診・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 ☒	8:15～11:00	萩間コミュニティセンター	健康推進課 ☎③0024 ■検査料金 胃がん検診 1,900円 大腸がん検診 1,000円 肺がん検診 無料
	8日 ☒		細江コミュニティセンター	
	9日 ☒		ジープ	
	10日 ☒		坂部区民センター	
	11日 ☒ 、17日 ☒ 、30日 ☒		相良保健センター	
国保特定健診・長寿健診 (オプション検査あり)	9日 ☒ 、10日 ☒	12:45～14:00	萩間コミュニティセンター	国保年金課 ☎③0023 ■オプション検査料金 尿酸検査 110円 前立腺がん検査 1,760円 心電図 1,650円
	22日 ☒ 、23日 ☒		細江コミュニティセンター	
	29日 ☒		相良保健センター	
	30日 ☒		牧之原区民センター	
	31日 ☒		勝間田会館	
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 さざんか	予約制 健康推進課 ☎③0024
体組成測定会	8日 ☒	9:00～11:30	相良保健センター	
こころとねむりの相談会	随時 ※要予約	8:15～17:00	さざんか	
自死遺族面接相談 「すみれ相談」	随時 ※要予約	平日 13:30～16:00	静岡県精神保健福祉センター 各健康福祉センター(西部、中部、富士、東部、熱海、御殿場、賀茂)	静岡県精神保健福祉センター ☎054(286)9245
自死遺族のつどい 「わかちあい すみれの会」	16日 ☒ ※要予約	14:00～15:30	静岡県精神保健福祉センター	
H I V抗体検査 肝炎ウイルス検査	①3日 ☒ ②17日 ☒	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	1日 ☒	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福祉課 ☎054(644)9281
	16日 ☒	14:00～	島田市保健福祉センターはなみずき	
不妊・不育専門電話相談	毎週 ☒ (年末年始祝日休み)	10:00～19:00	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 ☒ 、 ☒ (年末年始祝日休み)	10:00～15:00		
まきトレひろば (からだを動かす通いの場)	1日 ☒ 、11日 ☒ 、16日 ☒	10:00～11:00	さざんか	どなたでも参加自由 健康推進課 ☎③0024
	7日 ☒ 、16日 ☒ 、25日 ☒		相良保健センター	

元気にかえろ！
NO. 185

今夏は、新型コロナウイルス感染症や夏風邪の代表である手足口病、ヘルパンギーナなどの感染症が流行しました。
子どもや体力の低下した人、免疫力が下がった人がインフルエンザにかかる
と、症状が重症化しやすい
だけではなく、合併症を起こし、死に至る事もあるため、冬に向けて今から対策
することが重要です。
●**感染防止の基本的な対策**
有効な感染症対策としては、以下のとおりです。
①手洗いや手指消毒
②病院や高齢者施設などを訪問する時には、マスクを着用する
③換気や人と距離を取る
●**予防接種が大切**
①インフルエンザワクチン
接種してから効果が出るまで2週間程度かかるため、流行前に予防接種を受けることが大切です。事前にかかりつけ医など受診したい医療機関に予約し、早めに接種をしましょう。
市では、65歳以上の人を対象に、次のとおり「高齢者インフルエンザ定期予防接種」を実施しています。

また、生後6カ月～高校生を対象に、インフルエンザ予防接種料金の一部を助成します。
②**新型コロナウイルス**
令和5年秋冬の接種で用いられたワクチン(XBB.1系統)の効果として、コロナ感染症による入院を40～70%程度予防したという報告がされています。今年の秋冬には、65歳以上の人などを対象に定期接種が始まります。費用は有料です。両ワクチン接種については詳細が決まり次第、市ホームページなどでお知らせします。
健康推進課 保健師

Message
お知らせ

夏の疲れが出やすい時期です。
睡眠・食事に気を付けて体調を整えましょう。

10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 ☒ 、21日 ☒ 、 28日 ☒	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	23日 ☒	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	30日 ☒	9:00～9:30	☒	令和6年3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	3日 ☒	9:00～9:30	☒	令和5年9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 ☒	12:50～13:30	☒	令和5年3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	8日 ☒	12:50～13:30	相	令和4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)	18日 ☒	12:50～13:30	相	令和3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	2日 ☒	10:00～11:00	☒	令和6年8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)	23日 ☒	9:50集合	☒	令和6年5月、6月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
ブックスタート	24日 ☒	10:15～11:15	子榛	令和6年6月生まれ	母子健康手帳、バスタオル、参加費:100円(本代)	子榛
まさたまクラブ(要予約)	20日 ☒	9:30～12:00	☒	妊婦(5～8カ月までの安定期の方)、夫(パートナー)や家族	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。

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榛原
問い合わせ／健:健康推進課 ☎③0024 子榛:子育て支援センター榛原 ☎③0174

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

▶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☒、13日☒、19日☒、27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

10月の休日当番医

診療時間 午前9時～午後5時

期日	開業医(榛南西部地区)	開業医(榛南東部地区)
6日 ☒	御前崎市家庭医療センターしろわクリニック ☎③3211	えんどうこどもクリニック ☎②7373
13日 ☒	酒井内科医院 ☎⑤1100	佐故医院 ☎②7010
14日 ☒	堀口外科医院 ☎③5858	さかい耳鼻咽喉科医院 ☎③41818
20日 ☒	えのきだクリニック ☎③3633	かわしりこどもクリニック ☎③0555
27日 ☒	廣瀬医院 ☎③0006	こどもクリニックおおかわ小児科 ☎③6789

*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。 ☎③1131