

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・ 結核・肺がん検診 肺炎ウイルス検査	6日(月)	8:15~11:00	牧之原コミュニティセンター	健康推進課 ☎②0024 ■検査料金 胃がん検診 1,900円 大腸がん検診 1,000円 結核・肺がん検診 無料
	7日(火)		ジーボ	
	8日(水)、16日(金)		さざんか	
	9日(木)		坂部区民センター	
	10日(金)、18日(木)		相良保健センター	
	14日(火)		勝間田会館	
	15日(水)		萩間コミュニティセンター	
国保特定健診・長寿健診 (オプション検査あり)	8日(水)、9日(木)	13:30~	萩間コミュニティセンター	国保年金課 ☎②0023 ■オプション検査料金 尿酸検査 110円 心電図 1,650円 前立腺がん検査 1,760円
	22日(水)、23日(木)		細江コミュニティセンター	
	28日(火)		相良保健センター	
	29日(水)		勝間田会館	
	30日(木)		牧之原コミュニティセンター	
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 ☎②0024
体組成測定会	14日(火)	9:00~11:00	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」	29日(水) ※要予約	14:00~15:30	静岡県精神保健福祉センター	
HIV抗体検査	①2日(火) ②16日(水)	①18:00~19:30 ②9:15~10:40	中部健康福祉センター	中部健康福祉センター地域医療課 ☎054(644)9273 ※予約制
肝炎ウイルス検査				
精神保健福祉総合相談	①7日(火) ②15日(水)	①13:30~ ②14:30~	①中部健康福祉センター ②島田市保健福祉センターはなみずき	中部健康福祉センター福祉課 ☎054(644)9281 ※予約制
不妊・不育専門電話相談	毎週(水) (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(木)、(土) (年末年始祝日休み)	10:00~15:00		
まぎトレひろば (からだを動かす通いの場)	6日(月)、14日(火)、 20日(月)、27日(日) 1日(日)、7日(火)、15日(水)、 21日(火)、29日(日)	10:00~11:00	さざんか 相良保健センター	どなたでも参加自由 健康推進課 ☎②0024

Message 夏の疲れが出やすい時期です。
お知らせ 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)	6日(月)、20日(月)、 27日(日)	9:00~11:00	さ	妊婦	妊娠届出書、マイナンバーが わかる書類、通帳	健
赤ちゃん相談	22日(水)	9:00~10:30	さ	生後2カ月~7カ月児	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	29日(水)	9:00~9:30	さ	令和7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(金)	9:00~9:30	さ	令和6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)	9日(木)	12:50~13:30	さ	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
2歳児歯科相談	7日(水)	12:50~13:30	相	令和5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)	17日(金)	12:50~13:30	相	令和4年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(日)	9:30~11:00	さ	令和7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)	22日(水)	9:50集合	さ	令和7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	23日(木)	10:15~11:15	子様	令和7年6月生まれ	母子健康手帳、バスタオル、 赤ちゃんが手に持つおもちゃ	子様
まきひよクラブ(要予約)	15日(水)	9:30~13:00	さ	産後12か月までの産婦	母子健康手帳	健
まきたまクラブ(要予約)	19日(日)	9:30~12:00	さ	妊婦(5~8か月までの安定期 の方)、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 子様：子育て支援センター榛原
問い合わせ/健：健康推進課 ☎②0024 子様：子育て支援センター榛原 ☎②0174

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

* 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(4日(日)、12日(日)、18日(日)、26日(日)
午後10時~翌日午前7時まででは小児科のみ)
▶ 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

* 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。 ☎②1131

期日	開業医(榛南西部地区)	開業医(榛南東部地区)
5日(日)	座光寺医院 ☎③3206	三輪クリニック ☎②7300
12日(日)	あかほりクリニック ☎②5555	玉井整形外科医院 ☎②6667
13日(月)	中村医院耳鼻咽喉科 ☎②0434	千内科クリニック ☎③41001
19日(日)	田形内科医院 ☎②5320	かわしりこどもクリニック ☎③0555
26日(日)	サガラ眼科 ☎③2222	田崎クリニック ☎②8585

元気に
いかなあ!
NO. 197

感染症対策をしましょう
ウイルスに感染して起
る呼吸器感染症には、イン
フルエンザや新型コロナウイルス
イルス感染症などがありま
す。例年、これらの感染症
は、冬にかけて感染者が増
加する傾向があります。特
に高齢者や乳幼児、妊婦、
持病のある人は重症化する
危険性が高まります。
● 感染を予防するために
ウイルスを持ち込まない
咳やくしゃみなどの飛沫
を吸い込むことや、ウイル
スの付着した物に触れるこ
とで感染します。
① こまめな手洗い、うが
い ② マスクの着用を含む咳
エチケット ③ 換気の3つが
有効です。
● 予防接種を受ける
① インフルエンザワクチン
接種してから効果が出る
まで約2週間程度かかるた
め、流行前に予防接種を受
けます。事前にかかりつけ
医に予約をしましょう。
② 新型コロナウイルスワクチン
新たな変異株(NB1・
81)が増加しています。

ワクチンの種類の
詳細が決まり次第、
市ホームページで
お知らせします。
市では、毎年65歳以上
の人などを対象に「高齢者イ
ンフルエンザ定期予防接
種」「新型コロナウイルス予
防接種」を実施しています。
対象者 ① 接種日に65歳以
上(昭和35年12月31日以前
の生まれ)の人 ② 接種日
に60~64歳(昭和36年1月
1日~昭和40年12月31日生
まれ)で心臓や腎臓、呼吸
器の機能に障がいがあり、
身の回りの生活を極度に制
限される人、ヒト免疫不全
ウイルスによる免疫機能に
障がいがあり、日常生活が
ほとんど不可能な人
実施期間 10月1日(日)~令
和8年1月31日(日)
令和7年度自己負担金
▼ 高齢者インフルエンザ定
期予防接種 11800円
▼ 新型コロナウイルス予防
接種 111000円
※ 個別通知は行いません。
なお今年度、小児インフ
ルエンザ予防接種(任意接
種)の助成はありません。
健康推進課 保健師