

2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	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	10日㈫	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	8:15~17:00	さざんか	
自死遺族面接相談 「すみれ相談」	随時	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)	予約制 静岡県精神保健福祉センター ☎054(286)9245
HIV抗体検査	① 5日㈫ ②19日㈫	①18:00~19:30 ② 9:15~10:40	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				
精神保健福祉総合相談	①17日㈫ ②26日㈫	①13:30~ ②14:00~	①中部健康福祉センター ②中部保健所(榛原分庁舎)	予約制 中部健康福祉センター 福祉課 ☎054(644)9281
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)	2日㈪、9日㈪、 16日㈪、24日㈫	10:00~11:00	さざんか	どなたでも参加自由 健康推進課 ☎0024
	4日㈫、10日㈫、 18日㈫、24日㈫		相良保健センター	
	6日㈮、13日㈮、 20日㈮、27日㈮		相良いきいきセンター	
子宮頸がん検診、乳がん検診、 骨粗しょう症検診	16日㈪	9:00~15:00	い~ら	インターネットからの予約制 (締切: 1月26日㈪) ✖ 健康推進課 ☎0024

※予約、受診には、婦人科検診の受診券が必要です。お手元にない人は健康推進課にお問い合わせください。

▼時間を掛け寄り添う
▼子どもの話に集中する
▼相づちを打つて、子ども
の言葉を復唱する
▼否定せず「そうだね」と
共感する

▼じゃれ合い、マッサージ
でスキンシップを図る
▼欲しがるままにお菓子や
おもちゃを与えない（一
時的な不安や緊張緩和に
はなるが、安心感が回復
することは期待できない）
これらは災害時にかかわ
らず、普段の子育ての中でも
大切な視点です。子ども
が安心して気持ちを表現で
きるよう、周囲の大人が寄
り添い、穏やかに見守ること
が心の成長につながります。
大人でも感情が溢れてしま
うことがありますが、自身が感
じている思いを子どもに伝えること
も一つの方法です。

なお、災害による子ども
の変化が一ヶ月以上続く場
合、市の保健師や臨床心理
士などの専門職に相談して
ください。

【保健師】 健康推進課
【臨床心理士】 福祉相談課
☎ (23) 0083

Message | 明けましておめでとうございます。
お知らせ | 睡眠と栄養を十分に取り、体調を崩さないように気を付けましょう。

2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)	2日㈪、9日㈪、16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	18日㈫	9:00～10:30	さ	生後2ヶ月～7ヶ月児	母子健康手帳、アンケート、バスタオル	健
7ヶ月児健康相談	26日㈬	9:00～9:30	さ	令和7年7月生まれ	母子健康手帳、アンケート、バスタオル	健
1歳児健康相談	6日㈮	9:00～9:30	さ	令和7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6ヶ月児健診(満年齢)	12日㈫	12:50～13:30	さ	令和6年7月生まれ	母子健康手帳、アンケート、バスタオル、フッ素代300円	健
2歳児歯科健診	24日㈬	12:50～13:30	相	令和6年1月、2月生まれ	母子健康手帳、アンケート、バスタオル、フッ素代300円	健
3歳児健診(満年齢)	17日㈫	12:50～13:30	相	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、フッ素代300円、尿	健
予防接種説明会	4日㈫	9:30～11:00	さ	令和7年12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㈫	9:50集合	さ	令和7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
ブックスタート	19日㈬	10:15～11:15	子榛	令和7年10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	子榛
まきたまクラブ(要予約)	8日㈰	9:30～12:00	さ	妊婦(5～8ヶ月までの定期の方)、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んか
相：相良保健センター
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
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……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 (8日回、14日回、22日回、28日回)
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

2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)
1日回	えのきだクリニック	☎②3633 いしだ眼科 ☎④1400
8日回	廣瀬医院	☎⑤0006 えんどうこどもクリニック ☎②7373
11日祝	堀口外科医院	☎⑤5858 はいばらクリニック ☎②5677
15日回	中村医院耳鼻咽喉科歯科	☎⑤0434 かわしりこどもクリニック ☎③0555
22日回	渡辺内科医院	☎⑤5232 さかい耳鼻咽喉科医院 ☎④1818
23日祝	座光寺医院	☎③3206 こどもクリニックあおかわ小児科 ☎③6789