

ほけんカレンダー

会場	事業	対象・内容	日	時間
保健センター	乳幼児健康相談会	身体計測・育児・発達相談など	6 / 9	受付 9 : 15~10 : 15
	前期離乳食講習会	満4~5カ月児	6 / 17	9 : 45~12 : 00 (受付 9 : 30から) 13 : 15~15 : 30 (受付 13 : 00から)
	後期離乳食講習会	満8~9カ月児	7 / 1	9 : 15~12 : 00 (受付 9 : 00から)
	3カ月児健康教室	満3カ月児 (健診・予防接種の受け方・育児全般)	7 / 2	・対象者には通知します。 ・時間、内容の詳細は通知をご覧ください。
	1歳6カ月児健康診査	満1歳6カ月児	7 / 7	
	2歳児健康相談会	満2歳児	6 / 19	
	3歳児健康診査	満3歳児	6 / 18	
	2歳6カ月児・3歳6カ月児フッ化物塗布	満2歳6カ月児、満3歳6カ月児	6 / 19	
	総合健康相談会	血圧・体脂肪・骨密度測定、生活習慣病に関する相談など	6 / 9	受付 9 : 30~11 : 30
	栄養個別相談会	大人の生活習慣病予防の食事や偏食・少食・過食などの食事に関する困りごとの相談	6 / 18	9 : 15~15 : 00 ※要予約 (☎973-3700)
酒害相談	「酒をやめたいがやめられない」・「家族が酒による問題で困っている」などのアルコールによる悩み相談	7 / 7	10 : 00~12 : 00 ※要予約 (緊急時、日程調整可能)	
東部保健所	こころの電話相談	こころの健康に関する相談		祝日を除く月~金曜日、8 : 30~17 : 00 ※専用電話 (☎922-5562)
	エイズ検査 B型肝炎・C型肝炎検査	エイズ検査およびB型肝炎・C型肝炎の採血検査		検査により曜日・時間の指定あり ※要予約 (☎920-2109)

夜間・休日に急病になったときは

平日の夜間			土曜日・日曜日・休日など		
外科 内科 小児科	午後6時 ~ 午後10時	三島市医師会 メディカルセンター (南本町4-31、 ☎972-0711)	外科 内科 小児科	午前9時~午後 9時 (土曜日は 午後2時~9時)	三島市医師会メディカル センター (南本町4-31、 ☎972-0711)
外科	午後10時 ~ 翌日午前9時	三島中央病院・三島 総合病院が当番制で 診療 ※消防署へ電話で確 認してから受診し てください。	夜 間 外科	午後9時 ~ 翌日午前9時	三島中央病院・三島総合 病院が当番制で診療 ※消防署へ電話で確認し てから受診してください。
外科 内科 小児科	午後8時30分 ~ 翌日午前7時	沼津夜間 救急医療センター (☎926-8699)	外科 内科 小児科	午後6時 ~ 翌日午前7時	沼津夜間救急医療 センター (☎926-8699)
			耳鼻科 眼科 産婦人科	午前8時 ~午後5時 (日曜・休日のみ)	担当医師が当番制で診療 するため、消防署へ問い 合わせください。

連絡先 ※番号をよく確かめて、おかけください。また119番での問い合わせはご遠慮ください。

- ・三島市医師会メディカルセンター (☎972-0711) ※音声ガイダンスで対応
- ・静岡県内の当番医情報 (☎0800-222-1199)
- ・子どもの救急電話相談 (☎054-247-9910または#8000 : 午後6時~翌朝8時)
- ・精神科救急情報 (☎054-253-9905 : 24時間対応)
- ・消防署 (☎972-5800)・消防テレホンサービス (☎935-6699)

「救急医療体制を継続するためにも、適切な受診を心がけましょう」

休日の歯科診療

休日の歯科診療		
6月7日	杉山歯科医院 (八反畑)	☎971-3230
6月14日	鈴木歯科医院 (中央町)	☎975-0023
6月21日	鈴木歯科医院 (御園)	☎977-6678
6月28日	鈴木歯科クリニ ック (徳倉)	☎987-5798
7月5日	広小路たいとう 歯科 (広小路)	☎975-0214

診療時間 午前9時~午後4時

※詳細は三島市歯科医師会ホームページをご覧ください。

(<http://mda.j-dent.com/>)

受診時には
保険証を持参してください

～おくりたい 未来の自分に きれいな歯～ 6月4日～10日は「歯と口の衛生週間」

自分の歯で、いつまでも美味しくご飯を食べたり、楽しくおしゃべりができるように「いつでもどこでも、食べたら歯みがき」を実践したり、定期的に歯科医院に行き健診を受けるなど8020を目指し、歯と口をケアしていきましょう。なお、今年6月7日(日)に「歯と口の健康まつり」を生涯学習センターで行います。無料歯科健診や8020推進員による紙芝居なども行いますので、ぜひ、ご来場ください。

※8020（ハチマルニイマル）とは、「80歳に達するまで自分の歯を20本以上保つこと」です。

問合せ 健康づくり課 (☎973-3700)

歯科口腔保健推進会議委員を募集します

市では、歯や口の健康づくりに関する事業を展開しており、「三島市歯科口腔保健計画^{しんちやく}」の進捗状況のチェックや歯科口腔保健事業に関する意見交換を行う「三島市歯科口腔保健推進会議」の委員を募集します。

対象 市内在住・在勤・在学の18歳以上かつ、国・地方公共団体の議員または常勤の公務員でない人で、年1回の会議（平日昼間）に出席できる人。

定員 2人

任期 2年間

申込み 6月22日(月)までに健康づくり課備え付けの申し込み書（市ホームページからもダウンロード可）を直接、郵送または電子メールで健康づくり課（〒411-0832南二日町8-35、☎ kenkou@city.mishima.shizuoka.jp）へ。

問合せ 健康づくり課 (☎973-3700)

慢性腎臓病予防講座のご案内

とき 7月9日(木)午後1時30分～3時30分（受け付け午後1時から）

ところ 保健センター東館※参加無料

対象・定員 三島市民・50人

内容 医師による慢性腎臓病についての基礎的な講話、栄養士による腎臓にやさしい食事のワンポイントアドバイス

申込み・問合せ 7月3日(金)までに健康づくり課 (☎973-3700) へ。

育メン教室でパパカ(りょく)アップ ママはリフレッシュしませんか

とき・ところ 6月21日(日)午前9時30分～11時30分
（受け付け午前9時15分から）・保健センター東館

対象・定員 平成26年9月～12月に生まれた乳児と両親（夫婦で参加できる人に限ります）・25組（定員を超えた場合パパママセミナー受講者を優先）

内容 父親と子のきずなづくり親子体操、発達を促す関わり方の指導、母親のリフレッシュのためのセルフリンパマッサージなどを含むレクリエーション、情報交換を含むグループワーク

費用・持ち物 無料・母子手帳、筆記用具、飲み物、タオル、動きやすい服装など

申込み・問合せ 6月12日(金)までに健康づくり課 (☎973-3700) へ。

※市ホームページから電子申請可



ゴルフ場早朝ウオーキング in 芦の湖カントリークラブ

早朝の澄んだ空気の中、めったに歩くことができないゴルフ場のコースを歩いてみませんか。

とき 6月21日(日)集合午前4時45分（午前6時30分散散予定）※送迎バスをご利用の場合は午前4時に保健センター集合となります。※雨天中止

集合場所 芦の湖カントリークラブ（三島市字南原菅4708）

定員 先着50人※うち送迎バスは先着25人

参加費 100円

申込み 6月12日(金)までに、健康づくり課 (☎973-3700) へ。

育児グループに参加しませんか

子育て仲間が欲しい人の参加をお待ちしています。

対象 市内在住のお子さんとその家族

内容 リズム遊び、工作、調理実習、外遊びなど

団体名	対象	とき	ところ
リトルベア	2歳以上 (未就園児)	第1・3 月曜日	北上文化プラザ
つくしっ子 クラブ	1歳以上 (未就園児)	第2・4 火曜日	中郷文化プラザ 松本公民館
さくらんぼ の会	双子・三つ子 (年齢問わず)	原則 奇数月1回	保健センター

申込み・問合せ 各育児グループに入会希望の人は、健康づくり課 (☎973-3700) へ。