

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	2 / 9	受付 9 : 15~10 : 15
	前期離乳食講習会	満4~5カ月児	2 / 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	3 / 2	9 : 15~12 : 00 (受付 9 : 00から)
	育メン教室	生後6~8カ月の乳児と両親	2 / 21	9 : 30~11 : 30 (受付 9 : 15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)	3 / 3	・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	3 / 1	
	2歳児健康相談	満2歳児	2 / 19	
	3歳児健康診査	満3歳児	2 / 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	2 / 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	2 / 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	2 / 25	9 : 15~15 : 00 ※要予約 (☎973-3700)
	精神保健福祉総合相談	医師による心の病気や悩みについての相談	3 / 9	※東部健康福祉センターへ要予約 (☎920-2087)
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	3 / 1	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	こころやかからだの健康に関する相談	祝日を除く月曜~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 内科 小児科	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)	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、消防署へお問 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 (☎983-0116)

「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		
2月11日	すぎやま歯科ク リニック (大場)	☎982-0418
2月14日	杉山歯科医院 (八反畑)	☎971-3230
2月21日	鈴木歯科医院 (中央町)	☎975-0023
2月28日	鈴木歯科クリ ニック (徳倉)	☎987-5798
3月6日	鈴木歯科医院 (御園)	☎977-6678

診療時間 午前9時~午後4時

※詳細是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

～食育の日普及啓発事業第2弾～ みしまるくん・みしまるこちゃんの食育シール

市では、「毎月19日は食育の日」を家族や友人・同僚などと、食事の時間を大切にしてもらう機会として「三島市民家族団らんの日」としています。この食育の日をPRするために「みしまるくん・みしまるこちゃん」の食育シールを無料配布します。

※シールは2種類のうち1種類のみ配付。なくなり次第終了。第3弾の配布については、広報みしま3月1日号をご覧ください。

食育シール▶



とき	ところ	内容
2月16日(火) 午前10時～11時30分	マックスパリュ三島町田店(吉町田172-1)	シール配布、 <small>ひんこう</small> 健康鑑定団(健康チェック)
2月17日(水) 午後2時～4時	キミサワ加茂川店(加茂川町16-45)	シール配布※みしまるこちゃん来店
2月19日(金) 午後3時～5時	キミサワ広小路店(広小路町10-6)	シール配布

問合せ 健康づくり課(☎973-3700)

酒害相談

「お酒が止められない」、「家族にお酒による問題があり困っている」など、相談してください。

とき 原則毎月第1火曜日午前10時～正午(要予約)

※日程が変更になる場合があります。また、指定日以外の日程の調整も可能です。

ところ 保健センター

申請の受け付けは、2月29日(月)まで

臨時福祉給付金の申請はお済みですか

2月29日より後は受け付けることができません。

対象者は忘れずに申請してください。

支給対象者 平成27年1月1日に三島市に住民票があった人で、平成27年度分の住民税が課税されていない人(課税されている人に生活の面倒をみてもらっている場合や、生活保護の受給者を除く)

支給額 1人につき6,000円

二次元コード記載記事は、電子申請可。市ホームページから「電子申請」と検索してください。

費用 無料

申込み・問合せ 三島断酒会(☎982-1701)、健康づくり課(☎973-3700)

みしま健幸塾のミニ講座

どなたも参加できる、ミニ健康講座(30分)です。

時間 各日午後2時～2時30分※申し込み不要、無料

2月12日(金)	歯の健康について考えよう
2月25日(水)	おうちでできる筋力アップ体操
3月10日(水)	健康づくりは食事から
3月24日(水)	骨の健康について(骨密度測定)

ところ みしま健幸塾(中央町1-40)※駐車場なし

問合せ 健康づくり課(☎973-3700)

育メン教室でパパカアップ! ママはリフレッシュしませんか?

とき 2月21日(日)午前9時30分～11時30分

(受け付け9時15分から)

ところ 保健センター東館※無料



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、情報交換を含むグループワーク

対象 平成27年5～8月生まれの乳児と両親(夫婦ともに参加できる人に限る)

定員 25組(定員を超えた場合パパママセミナー受講者を優先)

持ち物 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 2月12日(金)までに健康づくり課(☎973-3700)へ。