

ほけんカレンダー

会場	事業	対象・内容	日	時間	
北上文化プラザ	乳幼児健康相談会	身体計測・育児・発達相談など	9/28	受付9:30～10:30（北上文化プラザ）	
			9/13	受付9:15～10:15（保健センター）	
	前期離乳食講習会	満4～5カ月児	9/21	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	10/5	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）	10/6	・対象者には通知します。 ・時間、内容の詳細は通知を参照。	
	1歳6カ月児健康診査	満1歳6カ月児	10/4		
	2歳児健康相談会	満2歳児	9/16		
	3歳児健康診査	満3歳児	9/15		
	保健センター	2歳6カ月児・3歳6カ月児フツ化物塗布	満2歳6カ月児・満3歳6カ月児	9/16	対象者には各健診などで案内
		総合健康相談会	血圧・体脂肪・超音波骨密度測定、生活習慣病に関する相談など	9/13	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	9/15	9:15～12:00 ※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	9/28	※要予約 東部健康福祉センター（☎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	10/4	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	こころの悩み相談		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・時間の指定有り ※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～午後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 ※消防署に要確認 （☎972-5800）	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 ※消防署に要確認（☎ 972-5800）
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 ※消防署に要確認（☎ 972-5800）

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。

- ・ 静岡県内の当番医情報（☎0800-222-1199）
- ・ 子どもの救急電話相談（#8000または☎054-247-9910：午後6時～翌朝8時）
- ・ 精神科救急情報（☎054-253-9905：24時間対応）
- ・ 救急テレホンサービス（☎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		
9月11日(日)	遠藤歯科医院 （佐野）	☎992-1139
9月18日(日)	小野歯科医院 （加屋町）	☎972-8234
9月19日(月・祝)	かげしま歯科 （谷田）	☎971-2881
9月22日(木・祝)	かたの歯科 （谷田）	☎973-6111
9月25日(日)	かまた歯クリ ニック （文教町）	☎980-5505
10月2日(日)	栗原歯科医院 （中央町）	☎975-1078

診療時間 午前9時～午後4時

受診時には
保険証を持参してください

未来の元気っ子応援セミナー

とき ①10月8日(出)午前8時45分～午後0時30分(①のみの参加可)②11月12日(出)午前8時30分～午後0時50分のうち2時間20分(時間予約制・①の参加者のみ②の申し込み可)

ところ 保健センター東館

内容 ①タニタ管理栄養士による講話、だしの取り方の実習、メッセージカードプレゼント、プレパパの体組成測定、トレーニング、先輩パパの育児体験談など②育児体験(沐浴実習・調乳体験など)

対象・定員 市内在住の妊婦とその夫(①の参加時に②の予約をします)・①なし②28組

持ち物 母子手帳、筆記用具、動きやすい服装、エプロン・三角巾(①参加時のみ)など※無料

申込み・問合せ 10月3日(月)までに健康づくり課(☎973-3700)※電子申請可

「血糖値を知る測定会」参加者募集

とき 10月18日(火)午前9時30分～午後3時30分

ところ・定員 保健センター・25人

内容 午前は調理実習と試食、午後は運動講話と運動実践※食前・試食後と運動実践後に血糖値測定

対象 ▶市内在住の35歳以上の人▶検査結果(健診など含む)でメタボ判定検査などが気になる人▶HbA1c検査値が6.4以下の人▶糖尿病に関心がある人

持ち物 エプロン、三角巾、運動のできる服装

申込み・問合せ 10月11日(火)までに健康づくり課(☎973-3700)

子ども「B型肝炎予防接種」のご案内

B型肝炎予防接種が10月1日(出)から定期接種となります。

接種期間 生後2カ月～1歳に達するまで

接種方法 ▶2回目：初回接種後27日以上あける▶3回目：1回目接種後139日以上あけて接種(合計3回)

対象 平成28年4月生まれ以降の人

持ち物 ①母子健康手帳②予診票※平成28年4月～7月生まれは案内文送付後、9月26日(月)から保健センター窓口で発行します。母子健康手帳を持参し、お越しください。平成28年8月生まれ以降は随時送付

問合せ 健康づくり課(☎973-3700)

電子申請可と記載の記事は、このQRコードからも申し込みできます。



みしまタニタ健康くらぶ ポイントで景品GETしよう!

新サービスとしてポイント制度を開始しました。健康関連品など魅力的な景品をご用意しています。

付与・応募期限 平成29年3月31日(金)まで

応募方法 500ポイントで自動応募され抽選で景品をプレゼントします。※手続き不要

ポイント付与 ▶歩数▶体組成計での計測▶専用ページログイン▶タニタカフェメニューおよびタニタ監修メニュー提供店来店

対象 みしまタニタ健康くらぶに入会している人

年会費 3,500円(随時受け付け、2年目以降2,000円)

当選人数 100人※当選発表は発送をもってかえます。

問合せ 健康づくり課(☎973-3700)

タニタ流健康セミナー

とき 9月21日(水)午前10時～正午

ところ 生涯学習センター講義室

内容 ①社員食堂健康セミナー、まんぶく定食のコツ②高機能体組成測定(素足での測定)

講師 みしまタニタ健康くらぶヘルスコンシェルジュ

対象・費用 どなたでも※申し込み不要・無料

持ち物 筆記用具

問合せ 健康づくり課(☎973-3700)

みしまるくん・みしまるこちゃんのシール配布

毎月19日の“食育の日”のPRのため特製シールを無料配布します。

とき 9月16日(金)午前10時～11時30分

ところ イトーヨーカドー三島店内※なくなり次第終了

問合せ 健康づくり課(☎973-3700)

9月10日～16日は自殺予防週間です

自殺を防ぐには、私たち一人一人が悩みを持つ人に気づき、相談窓口などにつなげることが大切です。相談窓口が分からない場合は、健康づくり課へお問い合わせください。

●自殺予防週間街頭キャンペーン

とき 9月12日(月)午前7時30分から

ところ 三島駅南口ロータリー

問合せ 健康づくり課(☎973-3700)