

◎健康づくり課（保健センター）
 ☎ 973・3700、FAX 976・8896
 ◎ 411・0832 南二日町 8・35

【凡例】

時とき・場場所・内内容・講講師・費費用（記載なしは無料）・対対象・定定員
 持持ち物・注注意事項・申申込み（記載なしは不要）・問問合わせ

講座・募集

30分ミニ講座

とき	内容
8月8日(水) (骨密度測定)	骨の健康について (骨密度測定)
9月12日(水) (握力・足指力測定)	筋力測定をしよう！ (握力・足指力測定)
10月10日(水) (実技)	おうちでできる筋力 アップ体操 (実技)
11月14日(水) (DKK)	音楽に合わせて体を 動かそう！ (DKK工 ルターシステム)

時いつでも午後2時～2時30分
 場みしま健康幸堂（中央町1・40）
 問健康づくり課

8、9月の初心者向け

ノルディックウォーキング体験会

ノルディックウォーキングを
 知らない人でも安心して参加で
 きる体験会を開催します。

時① 8月26日(日)午前10時～正午
 ② 9月9日(日)午前10時～正午

場① 上岩崎公園広場（集合）

※北側駐車場をご利用ください
 ② 保健センター

内初心者講習会の後、ノルディッ
 クウォーキング（約3km）で
 歩く

※無料レンタルポール（前突き）
 あり

Pick Up!!

1日人間ドックのご案内

- 申込み受付期間 8月23日(木)～12月21日(金)
- 対国民健康保険被保険者、後期高齢者医療制度被保険者で、国民健康保険税や後期高齢者医療保険料を完納している人
- ※対象者でも、市の特定健診・健康診査の受診者や受診予定の人は受診不可
- 定▶ 国民健康保険被保険者：540人
 ▶ 後期高齢者医療制度被保険者：150人
- 持① 国民健康保険証、または後期高齢者医療被保険者証
 ② 認め印
 ③ 健診受診カード（年度末年齢35歳以上の場合）
- 注 自家用車で市役所にお越しになる場合は、市営駐車場をご利用ください。
- 問 市役所保険年金課、または保健センター健康づくり課
 ※電話での申し込みは受け付けていません。
- 実施期間 9月1日(出)～平成31年2月28日(木)
- 場 三島総合病院、芹沢病院、三島東海病院、三島共立病院、三島中央病院（今年度より受診できます）
- 費 1万800円（自己負担金）
- 注 なお、人間ドックの結果は、市で特定健診の代替データとして保存し、必要に応じて保健指導などに活用しますので、ご了承ください。

問 保険年金課 ☎ 983・2604

問 健康づくり課 ☎ 981・4563、または ☎ 973・3700

お知らせ

「歯周病検診」のご案内

対平成30年3月31日時点で40・45・47・50・52・55・58・60・65・70歳の人
 ※対象者には受診券送付済み

講三島市ノルディックウォーキング協会

定各回20人

持動きやすい服装、飲み物

申・問① 8月24日(金)② 9月7日(金)までに、健康づくり課

検診期間 12月20日(木)まで

検診医療機関 受診券に掲載の歯科医院

内問診、歯・歯肉の診査、歯科医師からの結果説明

自己負担 500円

※70歳の人は無料

検診方法 ① 受診を希望する医療機関へ直接電話申込み

② 受診時は必ず「歯周病検診受診券」を持参

※「歯周病検診受診券」を破損・紛失した人は、保健センター窓口にて再交付

問健康づくり課

「骨粗しょう症検診」のご案内

時 8月29日、9月26日、10月31日、11月28日、12月12日各水

場メデイカルセンター（南本町）

内問診、骨密度測定、医師などによる指導※測定後に1時間

30分程度の講話

対平成30年4月1日～平成31年3月31日の間に40・45・50・55・60・65・70歳になる女性

定各日先着40人（予約制）※申込者には事前に問診票など郵送

申・問各日の1週間前までに、健康づくり課

夜間・休日に急病になったときは

科目	内科・外科・小児科		外科	耳鼻科・眼科 産婦人科	休日の歯科診療		
担当医療機関	三島メディカルセンター 南本町(4・31)	沼津夜間救急医療センター (日の出町1・15)	三島消防署※当番医を紹介		8月11日(土・祝)	細川歯科医院(東町)	☎981・3200
平日夜間	午後6時～10時	午後8時30分～翌日午前7時	午後10時～翌日午前9時		8月12日(日)	三宅歯科医院(加屋町)	☎975・2724
土曜日	午後2時～9時	午後6時～翌日午前7時	午後9時～翌日午前9時		8月15日(水)	みうら歯科医院(初音台)	☎973・1211
日曜日 祝日	午前9時～午後9時			午前8時～午後5時	8月16日(木)	アテナ・デンタル・メンテナンス(新谷)	☎950・8874
連絡先	☎972・0711	☎926・8699	☎972・5800※問合せのみ		8月17日(金)	しんゆう歯科(松本)	☎955・7801
備考	119番での問合せはご遠慮ください。 番号をよく確かめておかけください。 受診時は、保険証を持参してください。				8月19日(日)	こも池歯科クリニック(大宮町)	☎975・8214
					8月26日(日)	山口歯科医院(栄町)	☎976・5557
					9月2日(日)	山本歯科医院(本町)	☎975・0119
					9月9日(日)	竹花歯科医院(東本町)	☎975・1994

夜間・休日相談先

- ・静岡県内の当番医情報 ☎ 0800・222・1199
- ・子どもの救急電話相談 ☎ # 8000、☎ 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
- ・三島メディカルセンター ☎ 972・0711：音声ガイダンス

歯科診療時間 午前9時～午後4時
 ※詳細は市ホームページの「歯科休日診療当番表」をご覧ください。

三島市 歯科休日

ほけんの相談・健診・講習

事業	日	時間	対象・内容	会場
乳幼児健康相談会	8月14日(火)	受付午前9時15分～10時15分	身体測定・育児・発達相談など	保健センター
	8月28日(火)	受付午前9時30分～10時30分		北上文化プラザ
前期離乳食講習会	8月22日(水)	午前10時15分～正午 ※要予約、受付午前10時から	満4～5カ月児	
後期離乳食講習会	9月5日(水)	午前9時15分～正午 ※要予約、受付午前9時から	満8～9カ月児	
3カ月児健康教室	9月6日(木)		満3カ月児(健診・予防接種の受け方・育児全般)	保健センター
1歳6カ月児健康診査	9月4日(火)	対象者には通知 ※時間、内容の詳細は通知参照	満1歳6カ月児	
2歳児健康相談会	8月24日(金)		満2歳児	
3歳児健康診査	8月23日(木)		満3歳児	
2歳6カ月児・3歳6カ月児フッ化物塗布	8月24日(金)	対象者には各健診で案内	満2歳6カ月児・満3歳6カ月児	
総合健康相談会	8月14日(火)	受付午前9時30分～11時30分	血圧・体脂肪・超音波骨密度測定・健康相談	
栄養個別相談会	毎週月曜日	午前9時15分～正午※要予約	大人の食に関する困りごとや生活習慣病予防の相談	
酒害相談	9月4日(火)	午前10時～正午※要予約	本人や家族のアルコールによる悩み相談	
こころの電話相談	祝日を除く月曜～金曜日、午前8時30分～午後5時 ※専用電話 ☎ 922・5562		こころの悩み相談	東部保健所
エイズ検査・梅毒検査 B型・C型肝炎検査	検査により曜日・時間の指定あり ※要予約 ☎ 920・2109		各種採血検査	