

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

【注意】

新型コロナウイルス感染症対策の影響により、各行事・健診などの内容が変更となる可能性があります。

講座・募集

未来の元気っ子応援セミナー
 (パママセミナー)

6月6日(土)午前9時～正午

※受付午前8時45分から

場保健センター 東館

☑プレパパの体組成測定・ト

レーニング、妊婦体験、栄養

士講話、出産に関する話など

☑妊婦とその夫

(一人でも参加可能)

定24組

☑母子手帳、筆記用具

申・☑5月29日(金)までに

健康づくり課

お知らせ

歯周病検診 医療機関変更

白井歯科(末広町1・5)は歯周病検診の受診券に掲載されていますが、都合により、今年度の検診を行わないことになりましたのでご了承をお願いします。

☑健康づくり課

5月31日は世界禁煙デー

あなた自身の健康のため、あ

Pick Up!!

みしま健幸塾 6月の運動教室

みしま健幸塾では、認知動作型トレーニングマシンの利用、コミュニティスペースや多目的スペースでの交流のほか、ストレッチなどのイベントを開催しています。大腰筋トレーニングなどの体験定期運動教室を開催しますので、ご参加ください。※会員限定教室参加者には参加ポイント10P付与

☑みしま健幸塾(中央町1・40)

☎ 955・9651

日時	内容	対象
6月16日(火) 午後2時～	大腰筋トレーニングマシン体験教室	
6月18日(木) 午後2時～	初めてのノルディック教室	三島市民・在勤・在学
6月24日(水) 午後2時～	「心も体もリフレッシュ」運動不足解消教室	
6月5日(金) 6月19日(金) 午前11時～	肩こり腰痛改善ストレッチ教室	
6月9日(火) 6月23日(火) 午後2時～	チェアエクササイズ教室	みしまタニタくらぶ会員
6月17日(水) 午後2時～	もっと活用セミナー	

※5月の運動教室は新型コロナウイルス感染症対策により、中止となりました。

あなたのまわりの大切な人のため、1日だけ禁煙してみませんか。もし、たばこをやめられないのなら、それは、ニコチン依存症という病気です。

禁煙と聞くと努力するイメージがありますが、保険を使って治療を受けることで、楽に禁煙することができまます。禁煙した瞬間から身体は健康になり、あなたの世界が大きく変わります。しょう。

保健センターでは禁煙外来の紹介など、たばこについての相談を行っています。お気軽にご相談ください。

※受動喫煙対策として病院や学校、行政機関などは原則敷地内禁煙、飲食店やオフィスなどでは原則屋内禁煙のルールがスタートしています。望まない受動喫煙をなくすため、例えば自宅の庭やベランダであつても周囲の人へのご配慮をお願いします。

☑健康づくり課

胃がん・結核検診のお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、実施について見合わせています。市ホームページをご覧ください。

☑健康づくり課

骨粗鬆症検診中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、5月27日に予定しておりました検診は中止となりました。

☑健康づくり課

6月以降の予約は、現在のところ見合わせています。開始時期につきましては、市ホームページなどでご確認ください。

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
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
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
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
日曜日 祝日	午前9時～ 午後9時	午後6時～ 翌日午前7時	午前8時～ 午後5時
連絡先	☎972・0711	☎926・8699	☎972・5800※問合せのみ
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。		

▲GW連休中は、5月2日(土)のみ「土曜日」。残りの5月3日(日・祝)～5月6日(水・振休)は「日曜日・祝日」の取り扱いです。

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

休日の歯科診療		
5月3日(日・祝)	栗原歯科医院(中央町)	☎975・1078
5月4日(月・祝)	後藤歯科医院(文教町)	☎986・8776
5月5日(火・祝)	S.D.Cさいとう歯科クリニック(夏梅木)	☎981・2002
5月6日(水・振休)	斉藤歯科クリニック(大場)	☎977・1110
5月10日(日)	三宅歯科医院(加屋町)	☎975・2724
5月17日(日)	杉山歯科医院(八反畑)	☎971・3230
5月24日(日)	すぎやま歯科クリニック(大場)	☎982・0418
5月31日(日)	浅井歯科診療所(本町)	☎975・0527
6月7日(日)	広小路だいたう歯科(広小路)	☎975・0214

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 休日歯科 

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	5月中止			保健センター
前期離乳食講習会	5月中止			
後期離乳食講習会	5月中止	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	5月中止		満3カ月児(健診・予防接種の受け方・育児全般)	
1歳6カ月児健康診査	5月中止	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	5月中止		満2歳児	
3歳児健康診査	5月中止		満3歳児	
2歳6カ月児・3歳6カ月児フッ化物塗布	5月中止		満2歳6カ月児・満3歳6カ月児	
総合健康相談会	5月中止			
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	5月12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	
	6月2日(火)			
精神保健福祉総合相談	5月15日(金)	午後 ※要予約 ☎920・2087	医師による心の病気や悩みについての相談	ぬまづ健康福祉プラザ
東部わかちあい「すみれの会」	5月未定	午後1時30分～3時30分 ※申込不要 ☎054・286・9245	大切な人(家族、友人など)を自死で亡くされた人が語り合う会	
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		各種採血検査など	