

【注意】新型コロナウイルス感染症対策の影響により、内容が変更・中止となる可能性があります。市ホームページで確認をお願いします。

## 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		
日曜日 祝日 ※年末年始など含	午前9時～午後9時	午後6時～翌日午前7時	午後9時～翌日午前9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。		

**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		
4月4日(日)	浅井歯科診療所(本町)	☎975・0527
4月11日(日)	土と光とよりの歯医者さん(中)	☎973・2358
4月18日(日)	鳥居歯科医院(光ヶ丘)	☎988・3030
4月25日(日)	ないとう歯科医院(徳倉)	☎988・9087
4月29日(木・祝)	ヒロ歯科医院(梅名)	☎977・8241

**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。

## 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	4月13日(火)	※要予約 ☎973・3700 参加人数制限中につき、隔月来所にご協力ください	身体測定・育児・発達相談など	保健センター
離乳食講習会	4月7日(水) 5月12日(水)		満8カ月児	
1歳6カ月児健康診査	4月6日(火) 5月11日(火)	・対象者には通知します。 ※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	4月16日(金)		満2歳児	
3歳児健康診査	4月15日(木)		満3歳児	
総合健康相談会	4月13日(火)	午後1時30分～3時15分 ※要予約 ☎973・3700	血圧・体脂肪・超音波骨強度測定(簡易) 生活習慣病に関する相談など	
栄養個別相談会	毎週月曜日	午前9時15分～正午 ※要予約 ☎973・3700	大人の生活習慣病予防の食事や 偏食・小食・過食などの食事に関する 困りごとの相談	
精神保健福祉総合相談	5月14日(金) ※予定	午後※要予約 東部健康福祉センター ☎920・2087	医師による心の病気や悩みについての相談	東部健康福祉センター
酒害相談	4月6日(火) 5月11日(火)	午前10時～正午 ※要予約(緊急時、日程調整可能)	「お酒をやめたいがやめられない」、 「家族がお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	
こころの電話相談	祝日を除く月曜～金曜日 午前8時30分～11時45分、午後1時～4時30分 ※専用電話 ☎922・5562		こころの悩み相談	東部健康福祉センター
エイズ検査 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	
東部わかちあい「すみのの会」	4月17日(土) ※予定	午後1時30分～3時30分 ☎054・286・9245※申込み不要	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	ぬまづ健康福祉プラザ

# Health

## いきいき健康

◎健康づくり課  
(保健センター・健康政策戦略室)  
☎973・3700、FAX976・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)・問問合せ

**お知らせ**

**令和3年度 高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種**  
令和4年3月31日(木)まで  
※対象者には、「むらさき色」の予診票を3月末に郵送で発送済み  
※4月上旬までに届く予定

**定期接種**  
①肺炎球菌の予防接種を受けたいことがなく、令和3年度中に、65、70、75、80、85、

**講座・募集**

**沐浴体験セミナー**  
5月8日(土)  
①午前9時～10時  
②午前10時～11時  
保健センター東館  
沐浴人形を使った実習  
市内在住の妊婦とその夫(二人でも参加可) 8組ずつ  
母子手帳、筆記用具、タオル  
4月12日(月)～30日(金)までに健康づくり課

お願い においに敏感な人もいますので、妊婦向けセミナーでは、香水などの使用はお控えください。

90、95、100歳になる人  
②肺炎球菌の予防接種を受けたいことがなく、60～64歳の心臓、腎臓、呼吸器機能、免疫機能に障がいのある人  
【障害者手帳(内部障害)1級保持者など】  
自己負担2000円  
※接種は生涯に1回のみで、5年後に再度対象とはなりません  
◎健康づくり課

**みしまタニタ健康くらし窓口移転のお知らせ**  
3月14日に「みしま健康塾(中央町1・40)」が閉店となり、みしまタニタ健康くらし窓口は4月1日より、市民体育館内に移転をします。  
みしまタニタ健康くらしの新規入会や更新の手続きのほか、会員向けの運動教室、イベントなどを開催します。  
◎健康政策戦略室

**今年もやります！ 健幸マイレージ**  
「運動の目標を立てる」「健康を積極的に受ける」などの健康づくりで、気軽にポイント貯められます。ポイントカードで応募して豪華景品が当たる抽選に参加しよう！応募期間中何度でも応募できます。

※詳細は各公共施設備え付けのリーフレット参照

期間 4月1日(水)～令和4年2月15日(火)

対象 市民または市内在勤・在学の人間合せ  
健康政策戦略室 ☎973・3700

景品	当選人数
食で健康コース(野菜などの購入クーポン)	120人
スポーツで健康コース(運動施設利用クーポン)	50人
障がい者就労支援コース	50人
タニタコース(活動量計プレゼント)	30人
学校応援コース(小中学校を指定し、PTA活動を助成)	
幼稚園・保育園応援コース(保育園・幼稚園を指定し、PTAの活動を助成)	

※複数応募できますが、当選は1人1コースのみ

フリガナ (生年月日) 男性・女性  
氏名 明・大・昭・平 年 月 日  
住所 □□□□□□

(勤務・通学先) 三島市  
電話 ( )

応募コース どれか1つを○で囲ってください。◎学校・幼稚園・保育園コースの場合は、学校・幼稚園・保育園を記載  
食・スポーツ・福祉授産製品・タニタ ( )学校・幼稚園・保育園を応援

※記載された個人情報は当事業以外には使用しません。  
→この健幸マイレージが健康づくりにつながりましたか? はい・いいえ



応募締切  
令和4年2月15日(火)まで  
ポイントをためて、景品をゲットしよう!

▲健幸マイレージのポイントカードとして切り取ってお使いください。応募期間中は、何枚でも応募可能です。