

2月の生活情報

変更になる場合があります。詳しくは各問合先にお問い合わせください。

夜間の診療

■志太・榛原地域救急医療センター
 診療科目 内科、小児科
 受付時間
 ●月～金曜日…19:30～22:00
 ●土・日曜日…19:30～翌日7:00
 ※4日(土)・12日(日)・18日(土)・26日(日)
 の22:00以降は、診療科目が小児科のみ。受診の際は事前に問い合わせてください。
 持ち物 ●健康保険証や後期高齢者医療被保険者証、子ども医療費助成者証など
 ●服用中の薬があればその薬
 問合先 志太・榛原地域救急医療センター
 0644-0099

■静岡こども救急電話相談 #8000
 医療機関を受診した方がよいのか、様子を見て大丈夫なのか、看護師や小児科医が電話でアドバイスします。
 相談時間 毎日24時間受け付けています。
 相談番号 ●携帯電話やプッシュ回線の固定電話から…#8000(短縮番号)
 ●IP電話やダイヤル回線の固定電話から…0247-9910
 問合先 県地域医療課
 0221-2406

相談室

●相談はすべて無料です。●祝日はお休みです。
 ●☆印の相談は予約制です。

■市民相談
 会場 市…市民相談室(市役所本庁舎3階)、大…大井川福祉センター「ほほえみ」
 ※予約制でないものも、事前に電話でご相談ください。
 予約・問合先 市民相談室 0626-1133 ※消費生活相談と多量債務相談は 0626-1147

相談の種類	日程	会場	時間
市民相談	月～金曜日	市	8:30～17:00
消費生活相談	月～金曜日	市	9:00～16:00
☆司法書士相談	13日(月)	市	13:00～16:00
☆弁護士相談	1日(水)	市	10:00～12:00 13:00～15:00
	8日(水)・15日(水)・22日(水)	市	13:00～15:00
☆弁護士による多量債務相談	3日(金)・17日(金)	市	13:00～15:00
交通事故相談	1日(水)・15日(水)	市	9:30～15:30
☆建築なんでも相談	14日(火)	市	13:00～15:30
☆登記・測量相談	14日(火)	市	13:00～15:30
行政相談	6日(月)	市	13:00～15:30
	16日(水)	大	13:00～15:30
人権相談	2日(水)・16日(水)	市	9:30～12:00 13:00～15:30
	9日(水)	大	13:00～15:30
☆労働相談	16日(水)	市	13:30～16:00
☆公証人相談	28日(火)	市	13:30～16:00

■女性相談(家族や職場の相談など)…会場は予約時にお伝えします。1人1時間程度
 予約・問合先 市民協働課 0626-1178

相談の種類	日程	時間
女性相談	2日(水)・9日(水)・16日(水)	9:00～11:30
☆ (面談方式)	14日(火)・21日(火)・28日(火)	13:30～16:00

■認知症高齢者(浜松医科大学名誉教授)による健康相談
 会場・予約・問合先 市立総合病院 地域医療連携室 0623-3111(代)

■青少年教育相談センター(市役所アトレ庁舎2階)での相談
 問合先 青少年教育相談センター 0631-4346 0 ykaiikusoudan@city.yaizu.lg.jp

相談の種類	日程	時間
幼児～20歳代の教育相談	月～金曜日(祝日を除く) ※メール相談は随時受付。	8:30～17:00

■こども相談センター(市役所アトレ庁舎2階)での相談
 問合先 こども相談センター 0626-1165 0 kodomosoudan@city.yaizu.lg.jp

相談の種類	日程	時間
家庭児童相談	月～金曜日(祝日を除く)	8:30～17:00
発達相談	月～金曜日(祝日を除く)	8:30～17:00
DV相談	月～金曜日(祝日を除く)	8:30～17:00

■心の悩みごと相談(大井川福祉センター「ほほえみ」相談室2)
 予約・問合先 地域福祉課 0631-5532

相談の種類	日程	時間
心の悩みごと相談	9日(水)	13:00～16:00

■酒害相談(総合福祉会館3階小会議室2)
 予約・問合先 焼津断酒会 0643-1399

相談の種類	日程	時間
酒害相談	24日(金)	13:30～15:30

■不妊・不育に関する電話相談 日時 火曜日 10:00～19:00、木・土曜日 10:00～15:00 問合先 県不妊・不育専門相談センター 080-3636-3229

■相談室 ●不妊・不育に関する電話相談 日時 火曜日 10:00～19:00、木・土曜日 10:00～15:00 問合先 県不妊・不育専門相談センター 080-3636-3229

休日当番医と休日当番薬局

●診療時間 8:30～17:00(☆印は9:00～17:00) ※歯科は9:00～15:00。

日付	診療科など	医療機関名	電話
5日(日)	内科	小石川内科クリニック(栄町1)	0621-1111
	内科/小児科	篠原医院(本町5)	0628-3070
	産婦人科	志太記念脳神経外科(小柳津)・中止	0620-3774
	外科	前田産科婦人科医院(小塚敷)	626-8603
	耳鼻科	ふじえだ耳鼻科(藤枝市上荻町)☆	0648-1000
11日(祝)	歯科	石田歯科医院(大住)	0628-3376
	当番薬局	さかえ薬局(栄町2)	0631-6090
	内科	さくら薬局西焼津店(小柳津)	0621-4606
	内科/小児科	ふくむらクリニック(大栄町2)	0627-1228
	外科	山下内科医院(本町2)	0628-2733
12日(日)	外科	おとみろワマチ整形外科(中新田)	0656-2221
	耳鼻科	やいづ6丁目耳鼻咽喉科(焼津6)	0620-6001
	歯科	なほ歯科クリニック(本町2)	0620-2575
	当番薬局	メロン薬局(大栄町1)	0629-8862
		コスモ薬局(本町2)	0621-3771
19日(日)	内科/小児科	あしだクリニック(与惣次)	0623-5656
	内科	岩田クリニック(宗高)☆	0662-2311
	外科	さわい医院(栄町2)	0626-6660
	耳鼻科	まつなが耳鼻咽喉科クリニック(藤枝駅前2)☆	0645-3387
	歯科	河村歯科診療室(本町2)	0631-4618
23日(祝)	当番薬局	マリン薬局(栄町2)	0621-1008
		コスモ薬局(本町2)	0621-3771
		あお空薬局(宗高)	0664-0277
	内科	いたやクリニック(小土)	0621-5200
	内科/小児科	中山クリニック(下小田)	0623-0090
26日(日)	外科	はら整形外科クリニック(小柳津)	0620-8772
	内科	神戸整形外科(宗高)☆	0622-3399
	眼科	焼津こがわ眼科(東小川2)	0626-8860
	耳鼻科	▲耳鼻咽喉科(▲小橋4)・中止	0629-5566
	歯科	豊田歯科クリニック(小土)	0629-6600
26日(日)	当番薬局	エムハート薬局すみれ中央店(石津港町)	0623-9311
		さくら薬局西焼津店(小柳津)	0621-4606
		愛清館八橋薬局(八橋4)	0621-1101
		赤木薬局小川店(東小川2)	0626-5300
		おおがわ薬局(宗高)	0662-1762
23日(祝)	内科	ながたクリニック(小柳津)	0631-6015
	内科/小児科	たきいクリニック(相川)☆	0622-8525
	小児科	やまもと小児科(石津)	0656-0100
	外科	大井胃腸科外科医院(三右衛門新田)	0624-8030
	耳鼻科	あまの耳鼻咽喉科クリニック(藤枝市中3)☆	0646-3313
26日(日)	歯科	アオキ歯科(石津)	0625-1870
	当番薬局	げんき薬局(小柳津)	0620-7237
		よつば薬局(石津)	0625-0005
		フラー薬局大富店(三右衛門新田)	0656-2030
		こだいらクリニック(小川)	0621-3333
26日(日)	小児科	ほりお小児科(西小川2)	0626-5500
	外科	焼津駅前整形外科ワチ・リハビリクリニック(中港1)	0621-5511
	耳鼻科	たなか耳鼻科(小柳津)	0621-5888
	歯科	やすもと歯科医院(道原)	0639-5489
	当番薬局	クローバー薬局(小川)	0625-9000
	さくら薬局焼津西小川店(西小川1)	0620-8844	
	さくら薬局焼津小柳津店(小柳津)	0620-7500	

水道工事休日当番店

日付	当番店・電話	日付	当番店・電話
5日(日)	㈱小泉建設 0628-4563	19日(祝)	アクト設備㈱ 0623-8616
11日(祝)	焼津市管工事協同組合 0627-1710	23日(祝)	守屋設備㈱ 0628-8886
12日(日)	一色設備 0626-0199	26日(日)	青島ポンプ工業㈱ 0628-2153

3月の健康の窓

予約・問合先 ☎425-0035 東小川1-8-1
 保健センター 0627-4111

子どもの健診・相談・教室と健康相談

【会場表記】 保…保健センター、大…大井川福祉センター「ほほえみ」
 健…大井川庁舎1階「健康見える化コーナー」

種類	対象	日程	受付時間	会場	内・内容 外…持ちもの
6～7カ月児相談	【焼津地区にお住まいの人】 令和4年8月生まれの子 【大井川地区にお住まいの人】 令和4年7・8月生まれの子	●焼津・大村・港…3/1(水) ●豊田・東益津…3/2(木) ●小川・大富・和田…3/7(火) 2/10(金)	9:00～9:30 9:15～9:45	保 大	内 身体測定、集団指導、育児相談 持 母子健康手帳、アンケート、筆記用具、バスタオル ※来所が困難な場合は問い合わせてください。
1歳6カ月児健康診査とフッ素塗布	【焼津地区にお住まいの人】 令和3年8月生まれの子 【大井川地区にお住まいの人】 令和3年6・7月生まれの子	●焼津・大村・港…3/7(火) ●豊田・東益津…3/8(水) ●小川・大富・和田…3/9(水) 2/7(火)	13:00～14:00	保 大	内 内科・歯科健診、身体測定、集団指導、育児相談、フッ素塗布(希望者のみ・自己負担金800円) 持 母子健康手帳、アンケート、バスタオル
3歳児健康診査	※前月に3歳を迎えたお子さんが対象です。 令和2年2月生まれの子	●焼津・港・大井川…3/14(火) ●豊田・東益津・和田…3/15(水) ●大村・小川・大富…3/16(水)	13:00～14:00	保	内 内科・歯科健診、身体測定、集団指導、眼科検査、尿検査、育児相談 持 母子健康手帳、アンケート、目のアンケート、子どもの早朝尿、バスタオル
母子健康手帳の交付	妊婦	月～金曜日(祝日は除く)	9:00～11:00	保	持 妊娠届出書、届出書にある持ち物 母子健康手帳、筆記用具
母子健康相談室	乳幼児とその保護者	月～金曜日(祝日は除く)	9:00～11:00	保	※大井川福祉センターでは2/10(金)のみ実施(要予約)。受付時間は9:30～10:30。 内 プラッシング指導、身体測定、育児相談 持 母子健康手帳、アンケート、仕上げ歯ブラシ、フェイスタオル
2歳児歯みがき教室	令和3年3月生まれの子	●焼津・港・大井川…3/6(月) ●豊田・東益津・和田…3/10(金) ●大村・小川・大富…3/13(月)	9:15～9:30	保	持 母子健康手帳、アンケート、仕上げ歯ブラシ、フェイスタオル
管理栄養士による「母子栄養相談」	妊産婦、乳幼児、小中学生	月～金曜日(祝日は除く) ※要予約。	時間は予約時に確認してください	保	内 妊産婦の食事、離乳食、幼児食、学齢期の食事など 持 母子健康手帳
「成人栄養相談」	どなたでも	月～金曜日(祝日は除く) ※要予約。	9:00～11:00 13:30～15:30	保	内 生活習慣病予防のための食事についてなど 内 健診結果から生活習慣について考える
健康見える化コーナー「リモート相談」	どなたでも	月～金曜日(祝日は除く) ※要予約。	10:00～11:00 13:30～14:30	健	内 健診結果から生活習慣について考える 生活習慣病予防のための食事についてなど
子育て教室～講義編～	生後3～5カ月の乳児の保護者 ※定員15人(電話申込順)	3/23(水) ※託児無し。	13:15～13:30	保	内 小児科医による講義、 管理栄養士による離乳食 スタート講座とミニ実習 持 母子健康手帳、筆記用具 ●講義編…バスタオル ●実習編…エプロン、三角巾、布巾、台布巾
子育て教室～実習編～	生後3～5カ月の乳児の保護者 ※定員10人(電話申込順)	2/9(水) ※保護者のみ参加。	13:15～13:30	保	内 管理栄養士による離乳食初期の調理実習

健診・検診

※受診券は全ての健診・検診を受けるまで保管し、早めを受診してください。
 ※対象年齢は令和5年3月31日時点の年齢で表記します。

種類	対象/注意事項など
特定健診	40歳以上で焼津市国民健康保険・後期高齢者医療加入(予定)の人 ※大井川地区の人は集団健診または指定医療機関で個別健診を受診できます。
肝炎検診	40歳の人・41歳以上で過去に未受診の人
肝炎検診 無料受診(特例)	41・46・51・56・61・66歳の人で、令和3年度以前から焼津市民であった人でコロナ禍により受診できなかった人 申込方法 3/15(木)までに申し込みフォームまたは保健センター窓口で
前立腺がん検診	50歳以上の男性
大腸がん検診、結核検診、肺がん検診、胃がん検診	40歳以上の人 【胃がん検診】集団検診は終了しました。 【結核検診・肺がん検診】今年度は終了しました。また、焼津地区の受診券は健(検)診シール受診券に含まれないため別途はありません。
ピロリ菌胃がんリスク検診	35・40・45・50・55・60・65・70歳の人 ※40歳以上の人は胃がん検診との選択です。
子宮がん検診	20歳以上の女性で昨年度受診していない人 ※令和4年度の無料クーポン対象者は受診できます。
乳がん検診	30歳以上の女性で昨年度受診していない人 ※令和4年度の無料クーポン対象者は受診できます。
歯科健診	30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の人
大井川地区の志太集団健診	受診日ごとに予約期間が異なります。 ※詳細は受診券に同封されている説明文を確認してください。

生活機能チェック

■生活機能チェック
 結果により、日常生活に支援が必要な状態と判定された人は、地域包括支援センターでケアプランを作成し、介護予防・生活支援サービス(訪問型・通所型サービス)を受けることができます。
 対象 満70～74歳の人
 ※要支援・要介護認定者、事業対象者を除く。
 ■認知症一次スクリーニング
 認知機能低下の早期発見・早期対応のための検査です。
 対象 後期高齢者医療制度加入者

※要支援・要介護認定者、事業対象者を除く。
 【共通】
 受診場所 指定医療機関または志太医師会検診センター
 持ち物 受診券、健康保険証、介護保険証
 問合先 地域包括ケア推進課 0626-1219



～海と小松菜の出会いと味～
サバ缶と小松菜のバター醤油炒め

材料(2人分)
 サバの水煮缶…1缶、小松菜…100g、赤パプリカ…0.5個、バター…10g、A(醤油…大さじ0.5、酒…大さじ0.5)

作り方
 ①サバ缶の汁を切る。
 ②小松菜は3等分の長さに切り、葉と茎を分けておく。
 ③赤パプリカは3等分に切る。
 ④フライパンを熱してバターを入れ、小松菜の茎を炒める。ややしんなりしたら葉と赤パプリカを入れる。
 ⑤サバを入れて粗くほぐしながら炒め合わせ、Aを加えて手早くからめる。

1人分 189kcal・塩分 1.4g

チェック/レシピはこちらでも

協力/焼津市健康づくり食生活推進協議会 問合先/保健センター 0627-4111

■相談室 ●税理士会の無料税務相談(要予約) 日時 月・水・金曜日(祝日除く) 13:30～16:00 予約受付日 月～金曜日(祝日除く) 会場 焼津商工会議所会館2階 予約・問合先 税理士会事務局 0628-2250