1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問い合わせてください。

夜間の診療など

■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

※8日(日)・14日(土)・22日(日)・28日(土)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、子ども医療費受給者証など
● 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　☎644-0099

■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、様子をみても大丈夫なのか、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…☎247-9910

問合先　県地域医療課　☎221-2406

相談室

●相談はすべて無料です。● 祝休日および1/1日(祝)～3日(火)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」
※あらかじめ相談員がお話を伺い、その結果により予約をお受けします。
予約・問合先　市民相談室　☎626-1133　※消費生活相談と多重債務相談は☎626-1147

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	16日(月)	市	13:00 ～ 16:00
☆ 弁護士相談	4日(水)	市	10:00 ～ 12:00 13:00 ～ 15:00
	11日(水)・18日(水)・25日(水)	市	13:00 ～ 15:00
☆ 弁護士による多重債務相談	6日(金)・20日(金)	市	13:00 ～ 15:00
交通事故相談	4日(水)・18日(水)	市	9:30 ～ 15:30
☆ 建築なんでも相談	10日(火)	市	13:00 ～ 15:30
☆ 登記・測量相談	10日(火)	市	13:00 ～ 15:30
行政相談	16日(月)	市	13:00 ～ 15:30
	19日(木)	大	13:00 ～ 15:30
人権相談	5日(木)・19日(木)	市	9:30 ～ 12:00
	12日(木)・26日(木)	大	13:00 ～ 15:30
☆ 労働相談	19日(木)	市	13:30 ～ 16:00
☆ 公証人相談	今月はありません。次回は2月に実施します		

■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　☎626-1178

相談の種類	日程	時間
☆ 女性相談（面談方式）	5日(木)・12日(木)・19日(木)・26日(木)	9:00 ～ 11:30
	10日(火)・24日(火)	13:30 ～ 16:00

■菱田明名誉院長（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　☎623-3111(代)

相談の種類	日程	時間
☆ 健康相談	10日(火)　※現在電話で対応しています。	14:30 ～ 15:30

■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　☎631-4346　✉kyouikusoudan@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・1/1(祝)～1/3(火)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　☎626-1165　✉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・1/1(祝)～1/3(火)を除く）	8:30 ～ 17:00
発達相談		
DV相談		

■心の悩みごと相談（総合福祉会館3階小会議室2）

予約・問合先　地域福祉課　☎631-5532

相談の種類	日程	時間
心の悩みごと相談	12日(木)	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　☎643-1399

相談の種類	日程	時間
酒害相談	26日(木)	13:30 ～ 15:30

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。

■地域の休日・夜間の当番医を知りたいとき（フリーダイヤルによる案内）

問合先　静岡県救急医療情報センター　☎0800-222-1199

■薬に関して質問があるとき

受付時間　月～金曜日　9:00 ～ 12:00、13:00 ～ 16:30

問合先　静岡県薬剤師会医薬品情報管理センター　☎281-9998

日付	診療科など	医療機関名	電話
1日(祝)	内科	長岡内科（西小川4）	☎629-3205
	小児科	本多小児科医院（大栄町2）	☎628-0113
	内科／小児科	横山消化器内科（下小杉）☆	☎622-0045
	外科	金井整形外科（大村2）	☎621-1211
	歯科	酒井歯科医院（石津向町）	☎624-7722
		赤木薬局さつき店（西小川4）	☎627-9230
	当番薬局	メロン薬局（大栄町1）	☎629-8862
		ユーカリ薬局（大村2）	☎626-5000
		下小杉薬局（下小杉）	☎664-2151
2日(休)	内科	こだいらクリニック（小川）	☎621-3333
	内科／小児科	櫻井医院（上新田）☆	☎622-0122
	小児科	仲神医院（中新田）	☎623-0805
	外科	はら整形外科クリニック（小柳津）	☎620-8772
	産婦人科	前田産科婦人科医院（小屋敷）	☎626-8603
	歯科	あさひ歯科（駅北3）	☎626-3363
	耳鼻科	むらまつファミリークリニック（藤枝市藤枝5）☆	☎641-5318
		クローバー薬局（小川）	☎625-9000
		フレンド薬局（中新田）	☎624-9390
	当番薬局	さくら薬局西焼津店（小柳津）	☎621-4606
		西島薬局（駅北2）	☎628-7061
		どんぐり薬局大井川店（上新田）	☎622-3408
3日(火)	内科	のがきクリニック（石津）	☎656-0101
	小児科	ほりお小児科（西小川2）	☎626-5500
	外科	おおとみリウマチ整形外科（中新田）	☎656-2221
	歯科	八木歯科三和クリニック（三和）	☎623-1177
		よつば薬局（石津）	☎625-0005
	当番薬局	さくら薬局焼津西小川店（西小川1）	☎620-8844
		わかくさ薬局大富店（中新田）	☎623-3939
8日(日)	内科	立花クリニック（五ケ堀之内）	☎620-9191
	小児科	そね小児科（五ケ堀之内）	☎620-8814
	外科	大久保医院（上小杉）	☎622-2500
	歯科	赤堀歯科医院（吉永）	☎622-5800
	耳鼻科	八楠耳鼻咽喉科（八楠4）	☎629-5566
		ファミリー薬局（五ケ堀之内）	☎621-7200
	当番薬局	フラワー薬局豊田店（五ケ堀之内）	☎639-6277
		マイ薬局（上小杉）	☎662-1677
		愛清館八楠薬局（八楠4）	☎621-1101
9日(祝)	内科／外科／婦人科	岡本石井病院（小川新町5）	☎627-5585
	小児科	小井土クリニック（焼津4）	☎627-0339
	歯科	キャロットクリニック小田歯科（中新田）	☎623-6480
	耳鼻科	藤枝あおば耳鼻咽喉科（藤枝市末広1）☆	☎634-1331
	当番薬局	ゆりかもめ薬局（祢宜島）	☎656-2551
15日(日)	内科	高橋内科医院（焼津1）	☎627-0320
	内科／小児科	佐藤医院（田尻）	☎624-4804
	外科	金井整形外科（大村2）	☎621-1211
	歯科	松本歯科（柳新屋）	☎627-4182
	耳鼻科	たなか耳鼻科（小柳津）	☎621-5888
	眼科	焼津駅前眼科（駅北1）	☎626-8240
		焼津センター薬局（焼津1）	☎626-8892
	当番薬局	フラワー薬局田尻店（田尻）	☎656-3755
		ユーカリ薬局（大村2）	☎626-5000
		さくら薬局焼津小柳津店（小柳津）	☎620-7500
22日(日)	内科	畠山クリニック（東小川8）	☎621-5971
	内科／小児科	石川医院（田尻）	☎624-4321
	外科	谷口整形外科医院（小屋敷）	☎627-2020
	耳鼻科	藤枝診療所（藤枝市高洲）☆	☎635-8749
	歯科	かわさき歯科医院（駅北1）	☎627-8809
		エムハート薬局こがわ店（東小川8）	☎671-1701
	当番薬局	エムハート薬局たじり店（田尻）	☎656-2233
		弘仁堂薬局（駅北3）	☎627-4470
29日(日)	内科	のがきクリニック（石津）	☎656-0101
	小児科／耳鼻科	仲神医院（中新田）	☎623-0805
	外科	こいど胃腸クリニック（小土）	☎621-5100
	歯科	高塚歯科医院（大島）	☎623-4118
	当番薬局	よつば薬局（石津）	☎625-0005
		フレンド薬局（中新田）	☎624-9390

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

2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　☎627-4111

健康相談・子どもの健診・教室など

【会場の表記】 保…保健センター、大…大井川福祉センター「ほほえみ」

種類	対象	日程	受付時間	会場	内…内容 持…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7月生まれの子	● 焼津・大村・港…2/1(水) ● 豊田・東益津…2/2(木) ● 小川・大富・和田…2/14(火)	9:00 ～ 9:30	保	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。
	【大井川地区にお住まいの人】令和4年7・8月生まれの子	2/10(金)	9:15 ～ 9:45	大	
1歳6カ月児健康診査とフッ素塗布 ※前月に1歳6カ月を迎えたお子さんが対象です。	【焼津地区にお住まいの人】令和3年7月生まれの子	● 焼津・大村・港…2/14(火) ● 豊田・東益津…2/15(水) ● 小川・大富・和田…2/16(木)	13:00 ～ 14:00	保	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
	【大井川地区にお住まいの人】令和3年6・7月生まれの子	2/7(火)		大	
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1月生まれの子	● 焼津・港・大井川…2/21(火) ● 豊田・東益津・和田…2/22(水) ● 大村・小川・大富…2/24(金)	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	持 母子健康手帳、筆記用具 ※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。
2歳児歯みがき教室	令和3年2月生まれの子	● 焼津・港・大井川…2/6(月) ● 豊田・東益津・和田…2/13(月) ● 大村・小川・大富…2/20(月)	9:15 ～ 9:30	保	内 ブラッシング指導、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
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
管理栄養士による「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
健康相談	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 健診結果（血圧や血糖値など）から体の状態を知り、生活習慣について考える　持 健診結果
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）	1/24(火) ※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 ※親子で参加の場合。 ● 実践編…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(木)	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・検診など

※受診券は全ての健診・検診を受けるまで保管し、早めに受診してください。
※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	対象や注意事項など
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(水)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、結核健診・肺がん検診、胃がん検診	40歳以上の人 **【胃がん集団検診】**検診当日血圧が180/110㎜Hg以上の人は受診不可 **【結核健診・肺がん検診】**焼津地区は終了しました。また、焼津地区の受診券は健(検)診シール受診券に含まれているため別送はありません。
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
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。 ※詳しくは受診券に同封されている説明文を確認してください。

生活機能チェックなど

■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、後期高齢者医療制度加入者を除く。

■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　☎626-1219

台所からの健康づくり

レシピNO.327

～身も心も温まる一品です～

冬ごぼうのポタージュ

■1人分 121kcal・塩分1.1g

＼CHECK／レシピはこちらでも

材料（4人分）

ゴボウ…180g、タマネギ…150g、牛乳…250cc、バター…大さじ1（12g）、小麦粉…大さじ1.5、水…300cc、コンソメ…大さじ1、塩・コショウ…適量、茹でブロッコリー…適量

作り方

①ゴボウは泥を落とし、ささがきにし、タマネギは薄切りにする。
②鍋にバターを温め、中火でタマネギを炒める。ゴボウを加え、しんなりするまで炒める。小麦粉を振り入れて粉気がなくなるまで炒める。
③水を少しずつ加えて溶き伸ばし、コンソメを加えて5分程ゴボウがやわらかくなるまで煮る。
④粗熱が取れたらミキサーにかけ、なめらかになるまで回す。
⑤④を鍋に戻し、牛乳を入れて温め、お好みで塩・コショウで味を調える。
⑥器に盛り付け、茹でブロッコリーを飾る。

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　☎627-4111

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、1/4(水)・6(金)を除く）　13:30 ～ 16:00　**予約受付日**　月～金曜日（祝日、1/3(火)～6(金)を除く）
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　☎628-2250