

5月の生活情報

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
 ※5/8(月)より発熱患者の検査 新型コロナウイルス(インフルエンザ)を開始・再開します。
受付時間
 ●月～金曜日…19:30～22:00
 ●土・日曜日…19:30～翌日7:00
 ※5/6(土)・14(日)・20(土)・28(日)、6/3(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
■静岡子ども救急電話相談 #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、面接による相談を希望する場合は、事前に電話でご相談ください。
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	5/8(月)	市	13:00～16:00
☆弁護士相談	5/10(水)	市	10:00～12:00 13:00～15:00
	5/17(水)・24(水)・31(水)	市	13:00～15:00
☆弁護士による多重債務相談	5/12(金)・19(金)、6/2(金)	市	13:00～15:00
交通事故相談	5/10(水)・17(水)	市	9:30～15:30
☆建築なんでも相談	5/9(火)	市	13:00～15:30
☆登記・測量相談	5/9(火)	市	13:00～15:30
行政相談	5/1(月)、6/5(月)	市	13:00～15:30
	5/18(水)	大	13:00～15:30
人権相談	5/11(木)・18(木)、6/1(木)	市	9:30～12:00
	5/11(木)・25(木)	大	13:00～15:30
☆労働相談	5/18(水)	市	13:30～16:00
☆公証人相談	今月はありません(偶数月に実施)	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 ☎626-1178

相談の種類	日程	時間
☆女性相談(面談方式)	5/11(木)・18(木)・25(木)、6/1(木)	9:00～11:30
	5/9(火)・23(火)・30(火)	13:30～16:00

■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(祝日を除く) ※メール相談は随時受け付け。	8:30～17:00

■子ども相談センター(市役所アトレ庁舎2階)での相談
問合先 子ども相談センター ☎626-1165 ☎kodomosoudan@city.yaizu.lg.jp

相談の種類	日程	時間
家庭児童相談		
発達相談	月～金曜日(祝日を除く)	8:30～17:00
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	5/11(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 ☎643-1339

相談の種類	日程	時間
酒害相談	5/25(木)	13:30～15:30

※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。
 ※夜間診療と相談室は、翌月5日までの日程を記載しています。

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
3日(祝)	内科	ふくむらクリニック(大栄町2)	☎627-1228
	小児科	石井ファミリークリニックイオン焼津(祢宜島)	☎625-7722
	外科	志太記念脳神経外科(小柳津)	☎620-3717
	耳鼻科	やいづ6丁目耳鼻咽喉科(焼津6)	☎620-6001
	歯科	豊田歯科クリニック(小土)	☎629-6600
4日(祝)	当番薬局	メロン薬局(大栄町1) さくら薬局西焼津店(小柳津) すばる薬局(焼津6)	☎629-8862 ☎621-4606 ☎627-2831
	内科/小児科	あしだクリニック(与惣次)	☎623-5656
	外科	さわい医院(栄町2) 神戸整形外科(宗高)☆	☎626-6660 ☎622-3399
	内科	岩田クリニック(宗高)☆	☎662-2311
	耳鼻科	あまの耳鼻咽喉科クリニック(藤枝市田中3)☆	☎646-3313
5日(祝)	歯科	大栄歯科医院(大栄町2) マリン薬局(栄町2)	☎629-2299 ☎621-1008
	当番薬局	あお空薬局(宗高) おおいがわ薬局(宗高)	☎664-0277 ☎662-1762
	内科	いたやクリニック(小土)	☎621-5200
	小児科	ほりお小児科(西小川2)	☎626-5500
	外科	焼津駅前整形外科リウマチ・リハビリクリニック(中港1)	☎621-5511
7日(日)	歯科	小川やまだ歯科(小川新町2)	☎639-6690
	当番薬局	さくら薬局焼津西小川店(西小川1)	☎620-8844
	内科/外科	コミュニティーホスピタル甲賀病院(大覚寺2)	☎628-5500
	小児科	そね小児科(五ヶ堀之内)	☎620-8814
	内科/小児科	たきいクリニック(相川)☆	☎622-8525
14日(日)	耳鼻科	森耳鼻咽喉科(藤枝市大洲1)☆	☎635-8687
	歯科	永田歯科医院(本町1) 大覚寺薬局(大覚寺2) フラワー薬局豊田店(五ヶ堀之内) 東京薬局(栄町3)	☎629-3131 ☎629-3789 ☎639-6277 ☎628-2370
	当番薬局		
	内科	ながたクリニック(小柳津)	☎631-6015
	小児科	本多小児科医院(大栄町2)	☎628-0113
21日(日)	外科	大久保医院(上小杉)	☎622-2500
	耳鼻科	たなか耳鼻科(小柳津)	☎621-5888
	歯科	あさひ歯科(駅北3) げんき薬局(小柳津)	☎626-3363 ☎620-7237
	当番薬局	メロン薬局(大栄町1) マイ薬局(上小杉) さくら薬局焼津小柳津店(小柳津) 西島薬局(駅北2)	☎629-8862 ☎662-1677 ☎620-7500 ☎628-7061
	内科/外科/婦人科	岡本石井病院(小川新町5)	☎627-5585
28日(日)	小児科	小井土クリニック(焼津4)	☎627-0339
	耳鼻科	藤枝あおば耳鼻咽喉科(藤枝市末広1)☆	☎634-1331
	眼科	焼津こがわ眼科(東小川2)	☎626-8860
	歯科	赤堀歯科医院(吉永)	☎622-5800
	当番薬局	赤木薬局小川店(東小川2)	☎626-5300
28日(日)	内科	こだいらクリニック(小川)	☎621-3333
	小児科/耳鼻科	仲神医院(中新田)	☎623-0805
	外科	金井整形外科(大村2)	☎621-1211
	歯科	井澤歯科医院(石津港町)	☎624-9018
	当番薬局	クローバー薬局(小川) フレンド薬局(中新田) ユーカリ薬局(大村2)	☎625-9000 ☎624-9390 ☎626-5000

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

6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

子どもの健診・相談・教室と健康相談など

【会場の表記】 保…保健センター、大…大井川庁舎1階健診コーナー

種類	対象	日程	受付時間	会場	内…内容 図…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11月生まれの子	●焼津・大村・港…6/6(火) ●豊田・東益津…6/7(水) ●小川・大富・和田…6/8(木) 6/16(金) ※2カ月に1回偶数月に実施。	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11・12月生まれの子	●焼津・大村・港…6/13(火) ●豊田・東益津…6/14(水) ●小川・大富・和田…6/15(木) 6/20(火) ※2カ月に1回偶数月に実施。	9:30～9:45	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11月生まれの子	●焼津・大村・港…6/27(火) ●豊田・東益津・和田…6/29(水) ●大村・小川・大富…6/30(金)	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10・11月生まれの子			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5月生まれの子		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、妊娠届出書にある持ち物、印鑑
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 ※大井川庁舎では6/16(金)のみ実施(要予約)。 受付時間は10:00～10:30。
2歳児歯みがき教室	令和3年6月生まれの子	●東益津・港・豊田・大富…6/19(月) ●小川・焼津・大村・和田・大井川…6/26(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
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	大	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	生後3～5カ月の乳児の保護者 ※定員15人(電話申込順)	5/30(火) ※託児無し。 ※2カ月に1回奇数月に実施。	13:15～13:30	保	内 小児科医による講義 持 母子手帳、筆記用具、親子で参加の場合はバスタオル
離乳食教室	離乳食開始時期の保護者 ※定員5人(電話申込順)	6/22(木)(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 持 母子健康手帳、エプロン、三角巾、布巾、台布巾

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6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
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 【胃がん集団検診】	40歳以上の人 【胃がん集団検診】 検診当日血圧が180/110mmHg以上の人は受診不可 【結核健診・肺がん検診】 7月から開始します。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歳以上の方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
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

【65歳以上の人へ】
 健診を受ける際には、介護保険証(ピンク色)を持参してください。 問合先 介護保険課 ☎626-1159

台所からの健康づくり

～ニンジン嫌いさんにも全力でお勧めします～
ニンジンサラダ

材料(2人分)

ニンジン…1本
 ゴマ油…小さじ1弱
 A(水…大さじ2弱、醤油・酒・みりん…各小さじ1、砂糖…小さじ0.5)
 かつお節…小袋1パック(5g)
 B(マヨネーズ…大さじ1、すりゴマ・炒りゴマ…各大さじ0.5)

■1人分121kcal・塩分0.7g

作り方

- ①ニンジンを千切りにする。
- ②鍋にゴマ油を入れ熱したら①を入れて炒める。
- ③しんなりしたらAを入れ、汁気が無くなるまで炒め煮する。
- ④汁気が無くなったら火を止め、かつお節を加えて軽く混ぜ合わせる。
- ⑤粗熱が取れたらBを加えて混ぜ合わせ、器に盛る。
※マヨネーズは分離しやすいので冷めてから加えましょう。

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



✓CHECK/
レシビは
こちらでも



相談室 ■税理士会の無料税務相談(要予約) 税の悩みを気軽に相談できます。 日時 月・水・金曜日 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 ☎628-2250