

# 7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

受付時間

- 月～金曜日…19:30～22:00
- 土・日曜日…19:30～翌日7:00

※7/6(土)・14(日)・20(土)・28(日)、8/3(土)の22:00以降は、診療科目が小児科のみ。

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

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)
- I P 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、面談による相談を希望する場合は、事前に電話でご連絡ください。

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	7/8(月)	市	13:00～16:00
☆弁護士相談	7/3(水) 7/10(水)・17(水)・24(水)・31(水)	市	10:00～12:00 13:00～15:00
☆弁護士による多重債務相談	7/5(金)・19(金)、8/2(金)	市	13:00～15:00
☆交通事故相談	7/3(水)・17(水)	市	9:30～15:30
☆建築なんでも相談	7/9(火)	市	13:00～15:30
☆登記・測量相談	7/9(火)	市	13:00～15:30
行政相談	8/5(月)	市	13:00～15:30
	7/18(木)	大	13:00～15:30
人権相談	7/4(水)、8/1(水)	市	9:30～12:00
	7/11(水)	大	13:00～15:30
☆労働相談	7/18(水)	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 協働推進課 ☎626-1178

相談の種類	日程	時間
女性相談 ☆ (面談方式)	7/4(水)・11(水)・18(水)・25(水)、8/1(木) 7/9(火)・23(火)	9:00～11:30 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

■子ども家庭センター(市役所アトレ庁舎1・2階)での相談

問合先 子ども家庭センター

相談の種類	問合先	日程・時間
母と子の健康 子どもの相談 DV相談	母子保健担当 ☎627-4115 子ども家庭相談担当・発達支援担当 ☎626-1165	月～金曜日(祝日を除く) 8:30～17:00

■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 障害福祉課 ☎631-5532

相談の種類	日程	時間
心の悩みごと相談	7/11(木)	13:00～16:00

■酒害相談 \*家族の飲酒相談など(総合福祉会館3階小会議室2)

問合先 焼津断酒会 ☎643-1339

相談の種類	日程	時間
酒害相談	7/25(木)	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

※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	
7日 (日)	内科	かわさきクリニック(越後島)	☎629-4976	
	内科	横山消化器内科(下小杉)☆	☎622-0045	
	内科/小児科	篠原医院(本町5)	☎628-3070	
	外科	こいど胃腸クリニック(小土)	☎621-5100	
	耳鼻科	たなか耳鼻科(小柳津)	☎621-5888	
	歯科	黒田歯科医院(中里)	☎628-6060	
	当番薬局	えちごしま薬局(越後島)	☎631-4452	
		さくら薬局焼津小柳津店(小柳津)	☎620-7500	
		下小杉薬局(下小杉)	☎664-2151	
	14日 (日)	内科	山の手クリニック(関方)	☎620-1911
内科/小児科		中山クリニック(下小田)	☎623-0090	
外科		志太記念脳神経外科(小柳津)	☎620-3717	
耳鼻科		まつなが耳鼻咽喉科クリニック(藤枝駅前2)☆	☎645-3387	
歯科		永田歯科医院(本町1)	☎629-3131	
当番薬局		焼津のぞみ薬局(関方)	☎621-5995	
		エムハート薬局すみれ中央店(石津港町)	☎623-9311	
	さくら薬局西焼津店(小柳津)	☎621-4606		
		東京薬局(栄町3)	☎628-2370	
15日 祝	内科	のがきクリニック(石津)	☎656-0101	
	小児科	やまもと小児科(石津)	☎656-0100	
	外科	おおとみりウマチ整形外科(中新田)	☎656-2221	
	歯科	あい歯科クリニック(大覚寺1)	☎626-8841	
	当番薬局	よつば薬局(石津)	☎625-0005	
		わかくさ薬局大富店(中新田)	☎623-3939	
	内科	高橋内科医院(焼津1)	☎627-0320	
	内科/小児科	たきいクリニック(相川)☆	☎622-8525	
21日 (日)	小児科/耳鼻科	仲神医院(中新田)	☎623-0805	
	外科	さわい医院(栄町2)	☎626-6660	
	眼科	焼津駅前眼科(駅北1)	☎626-8240	
	歯科	KEN デンタルクリニック(石津)	☎656-1173	
	当番薬局	焼津センター薬局(焼津1)	☎626-8892	
		フレンド薬局(中新田)	☎624-9390	
		マリン薬局(栄町2)	☎621-1008	
	28日 (日)	内科	畠山クリニック(東小川8)	☎621-5971
		小児科	ほりお小児科(西小川2)	☎626-5500
外科		はら整形外科クリニック(小柳津)	☎620-8772	
外科		神戸整形外科(宗高)☆	☎622-3399	
耳鼻科		あまの耳鼻咽喉科クリニック(藤枝市田中3)☆	☎646-3313	
歯科		河合歯科医院(西小川4)	☎626-1184	
当番薬局		エムハート薬局こがわ店(東小川8)	☎671-1701	
	さくら薬局焼津西小川店(西小川1)	☎620-8844		
	さくら薬局西焼津店(小柳津)	☎621-4606		
	おおいがわ薬局(宗高)	☎662-1762		

■上水道工事休日当番店

時間 8:30～17:00  
問合先 各当番店

日付	当番店・電話	日付	当番店・電話
7日(日)	一色設備 ☎626-0199	21日(日)	薬科設備工業㈱ ☎627-5477
14日(日)	本橋建設㈱ ☎629-0248	28日(日)	青島ポンプ工業㈱ ☎628-2153
15日(祝)	池谷水道設備㈱ ☎628-4332		

# 8月の健康の窓

予約・問合先 ☎425-8502 本町5-6-1 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】ア…アトレ庁舎1階(保健センター)、大…大井川庁舎1階

種類	対象	日程	受付時間	会場	内…内容 箇…持ちもの
6～7カ月児相談	【焼津地区にお住まいの人】 令和6年1月生まれの子	●焼津・大村・港…8/6(火) ●豊田・東益津…8/8(木) ●小川・大富・和田…8/9(金) 8/1(水) ※2カ月に1回偶数月に実施。	9:00～9:30	ア	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ください。
	【大井川地区にお住まいの人】 令和6年1・2月生まれの子	8/1(水) ※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5年1月生まれの子	●焼津・大村・港…8/20(火) ●豊田・東益津…8/21(水) ●小川・大富・和田…8/22(木) 8/1(水) ※2カ月に1回偶数月に実施。	13:00～14:00	ア	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4年12月、5年1月生まれの子	8/1(水) ※2カ月に1回偶数月に実施。		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3年7月生まれの子	●焼津・港・大井川…8/28(水) ●豊田・東益津・和田…8/29(木) ●大村・小川・大富…8/30(金)	13:00～14:00	ア	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	ア	持 妊娠届出書、妊娠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	ア	持 母子健康手帳、筆記用具 ※大井川庁舎では8/1(水)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4年8月生まれの子	●東益津・港・豊田・大富…8/23(金) ●小川・焼津・大村・和田・大井川…8/26(月)	9:15～9:30	ア	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	ア
「成人栄養相談」 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	ア	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	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組(電話申込順)。	7/31(水) ※託児無し。 ※2カ月に1回奇数月に実施。	13:15～13:30	ア	内 小児科医による講義 持 母子健康手帳、筆記用具、親子で参加する場合はバスタオル
離乳食教室	離乳食開始前の保護者 ※定員10組(電話申込順)。	8/2(金) ※託児無し。	13:15～13:30	ア	内 管理栄養士による離乳食初期の講座とミニ実習 持 母子健康手帳、筆記用具、手拭きタオル、親子で参加する場合はバスタオル・抱っこひも

## 健診・検診 など ～年に一度の健康チェック～

※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。  
※ご自身と大切な人のために、定期的に受けましょう。受診券の再発行など、詳しくは問い合わせください。  
※対象年齢は令和7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・後期高齢者医療制度加入(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。
大井川地区の志太医師会集団健診	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ガイドを確認してください。
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、結核検診・肺がん検診	40歳以上の人 【胃がん集団検診】検診当日血圧が180/110 mm Hg以上の方は受診不可 【結核健診・肺がん検診】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歳の人
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	20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の人

※令和6年度の無料クーポン対象者も受診できます。

## 生活機能チェックなど

### ■生活機能チェック

日常生活に必要な機能が低下していないかを確認し、その結果、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、事業者、後期高齢者医療制度加入者を除く。

※満65～69歳の人や後期高齢者医療制度加入者でも、医師が必要と判断した場合、実施することがあります。

### ■認知症スクリーニング

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(5月発送済み)、健康保険証、介護保険証

問合先  
地域包括ケア推進課  
☎626-1219

レシビ NO.345

～季節の野菜をたっぷり使ったお手軽な一品です～

CHECK / レシビはこちらでも

サバ缶と夏野菜のトマト煮

■1人分 131kcal・塩分 0.4g

材料(4人分)

サバの水煮缶…1缶、玉ネギ…2分の1個、トマト…1個、ナス…1本、オクラ…2本、A〈ニンニク・ショウガ(みじん切り)…各1かけ、トマトジュース…1カップ、オリーブ油…小さじ2、塩・こしょう…各少々

作り方

①玉ネギは薄切り、トマトはザク切り、ナスは一口大に切る。オクラは色よくゆで、輪切りにしておく。  
②鍋にオリーブ油、Aを入れて火にかけ、香りが出たら玉ネギを加え炒める。  
③②にトマトとナス、トマトジュース、サバの水煮缶を汁ごと加え、10分程煮る。  
④③にオクラを加えてひと混ぜし、塩・こしょうで味を調える。

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



■税理士会の無料税務相談(要予約) 日時 月・水・金曜日(祝日を除く) 13:30～16:00 予約受付日 月～金曜日(祝日を除く) 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