

11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 ※11/2(土)・10(日)・16(土)・24(日)・30(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 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	11/11(月)	市	13:00～16:00
☆弁護士相談	11/6(水)、12/4(水)	市	10:00～12:00 13:00～15:00
☆弁護士による多重債務相談	11/13(水)・20(水)・27(水)	市	13:00～15:00
☆交通事故相談	11/6(水)・20(水)、12/4(水)	市	9:30～15:30
☆建築なんでも相談	11/12(火)	市	13:00～15:30
☆登記・測量相談	11/12(火)	市	13:00～15:30
行政相談	11/11(月)、12/2(月)	市	13:00～15:30
	11/21(木)	大	13:00～15:30
人権相談	11/7(木)、12/5(木)	市	9:30～12:00
	11/14(木)	大	13:00～15:30
☆労働相談	11/21(木)	市	13:30～16:00

■女性相談＊家族や職場の相談など（市役所本庁舎3階 協働推進課） 人 時間程度			
問合先 協働推進課 ☎626-1178			
相談の種類	相談先	日程・時間	
女性相談（電話・面談方式）	【相談専用】☎639-5810 ※今月から常設します。	月～金曜日（祝日を除く） 9:00～17:00	

■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	母子保健担当 ☎627-4115	月～金曜日（祝日を除く） 8:30～17:00	
こどもの相談DV相談	子ども家庭相談担当・発達支援担当 ☎626-1165		

■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	

■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	11/14(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	11/28(木)	13:30～15:30	

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			

※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
3日(祝)	内科	のがきクリニック（石津2）	☎656-0101
	小児科	やまもと小児科（石津2）	☎656-0100
	外科	こいど胃腸クリニック（小土）	☎621-5100
	耳鼻科	やいづ6丁目耳鼻咽喉科（焼津6）	☎620-6001
	歯科	小川やまだ歯科（小川新町2）	☎639-6690
4日(休)	当番薬局	よつば薬局（石津2）	☎625-0005
		すばる薬局（焼津6）	☎627-2831
	内科	高橋内科医院（焼津1）	☎627-0320
	小児科	ほりお小児科（西小川2）	☎626-5500
	外科	志太記念脳神経外科（小柳津）	☎620-3717
10日(日)	耳鼻科	藤枝あおば耳鼻咽喉科（藤枝市末広1）☆	☎050-3033-4284
	歯科	そのへ歯科医院（八楠1）	☎626-3854
	当番薬局	焼津センター薬局（焼津1）	☎626-8892
		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
17日(日)	内科	畠山クリニック（東小川8）	☎621-5971
	小児科/耳鼻科	仲神医院（中新田）	☎623-0805
	外科	おおとみりウマチ整形外科（中新田）	☎656-2221
	歯科	神戸整形外科（宗高）☆	☎622-3399
	当番薬局	港歯科医院（中港3）	☎626-0350
23日(祝)		エムハート薬局こがわ店（東小川8）	☎671-1701
		フレンド薬局（中新田）	☎624-9390
		わかくさ薬局大富店（中新田）	☎623-3939
		東京薬局（栄町3）	☎628-2370
		おおいがわ薬局（宗高）	☎662-1762
24日(日)	内科	立花クリニック（五ヶ堀之内）	☎620-9191
	小児科	そね小児科（五ヶ堀之内）	☎620-8814
	外科	さわい医院（栄町2）	☎626-6660
	耳鼻科	まつなが耳鼻咽喉科クリニック（藤枝市駅前2）☆	☎645-3387
	歯科	大栄歯科医院（大栄町2）	☎629-2299
24日(日)	当番薬局	ファミリー薬局（五ヶ堀之内）	☎621-7200
		フラワー薬局豊田店（五ヶ堀之内）	☎639-6277
		マリン薬局（栄町2）	☎621-1008
		ヤブザキ薬局（大村新田）	☎628-8503
	内科	小石川内科クリニック（栄町1）	☎621-1111
24日(日)	小児科	あしだクリニック（与惣次1）	☎623-5656
	内科/小児科	櫻井医院（上新田）☆	☎622-0122
	外科	はら整形外科クリニック（小柳津）	☎620-8772
	歯科	岡村歯科医院（上小杉）	☎662-2666
	当番薬局	さかえ薬局（栄町2）	☎631-6090
24日(日)		さくら薬局西焼津店（小柳津）	☎621-4606
		どんぐり薬局大井川店（上新田）	☎622-3408
	内科	山下内科医院（本町2）	☎628-2733
	小児科/眼科	KOGAクリニック（大覚寺2）	☎628-5151
	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
24日(日)	耳鼻科	あまの耳鼻咽喉科クリニック（藤枝市中3）☆	☎646-3313
	歯科	ツネカワ歯科医院（北新田）	☎625-2757
	当番薬局	コスモ薬局（本町2）	☎621-3771
		大覚寺薬局（大覚寺2）	☎629-3789

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
3日(祝)	㈱福泉 大井川支店 ☎622-1260	17日(日)	池谷水道設備(株) ☎628-4332
4日(休)	一色設備 ☎626-0199	23日(祝)	薬科設備工業(株) ☎627-5477
10日(日)	本橋建設(株) ☎629-0248	24日(日)	青島ポンプ工業(株) ☎628-2153

12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・教室、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 ㊟…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5月生まれの子	●焼津・大村・港…12/3(火) ●豊田・東益津…12/4(水) ●小川・大富・和田…12/5(木)	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てください。
	【大井川地区にお住まいの人】 令和6年5・6月生まれの子	12/13(金) ※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5月生まれの子	●焼津・大村・港…12/10(火) ●豊田・東益津…12/11(水) ●小川・大富・和田…12/12(木)	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5年4・5月生まれの子	12/13(金) ※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11月生まれの子	●焼津・港・大井川…12/18(水) ●豊田・東益津・和田…12/19(木) ●大村・小川・大富…12/20(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12/13(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4年12月生まれの子	●東益津・港・豊田・大富…12/2(月) ●小川・焼津・大村・和田・大井川…12/23(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	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
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）。	11/14(木) ※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）。	12/9(月) ※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
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

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。

※受診券の再発行など、詳しくは問い合わせてください。

※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、結核健診・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以上の人は受診不可【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	※令和6年度の無料クーポン
乳がん検診	30歳以上の女性で昨年度受診していない人	対象者も受診できます。
歯科健診	20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の人	

レシピNO.349

～カレー風味で塩分控えめに仕上げました～

ベーコンと彩り野菜のカレー風味ソテー

■1人分 74kcal・塩分 0.6g

材料(4人分)

ベーコン…50g、カブ…2個(150g)、カブの葉…50g、ニンジン…30g、ニンニク(みじん切り)…2分の1かけ分、油…小さじ1、A(しょうゆ…小さじ1、カレー粉…小さじ3分の2、コンソメ(顆粒)…小さじ3分の1)

作り方

①ベーコンは3cm幅に切る。カブは良く洗い、2～3mm幅に、カブの葉は長さ3cmに切る。ニンジンは良く洗い、2mm幅の半月切りにする。

②フライパンにニンニクと油を入れて中火にかけ、ニンニクの香りがたったらベーコンを加えて炒める。

③②にカブ、ニンジンを加えて中火で炒め、最後にカブの葉を加え、Aを加えて炒め合わせ、器に盛り付ける。

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			