5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。
※夜間の診療と相談室は、翌月5日までの日程を記載しています。

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

※5/3(祝)・11(日)・17(土)・25(日)・31(土)の22:00以降は、診療科目が小児科のみ。

持ち物
- マイナ保険証か健康保険証、資格確認書のいずれか1点
- 子ども医療費受給者証、母子手帳など
- お薬手帳

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	5/12(月)	市	13:00 ～ 16:00
☆ 弁護士相談	5/7(水)、6/4(水)	市	10:00 ～ 12:00 13:00 ～ 15:00
	5/14(水)・21(水)・28(水)	市	13:00 ～ 15:00
☆ 弁護士による多重債務相談	5/16(金)	市	13:00 ～ 15:00
交通事故相談	5/7(水)・21(水)、6/4(水)	市	9:30 ～ 15:30
☆ 建築なんでも相談	5/13(火)	市	13:00 ～ 15:30
☆ 登記・測量相談	5/13(火)	市	13:00 ～ 15:30
行政相談	5/12(月)	市	13:00 ～ 15:30
	5/15(木)	大	13:00 ～ 15:30
人権相談	6/5(木)	市	9:30 ～ 12:00
	5/8(木)	大	13:00 ～ 15:30
☆ 労働相談	5/15(木)	市	13:30 ～ 16:00

■女性相談（市役所本庁舎3階） 1人1時間程度
問合先 こども相談課 ☎626-1165

相談の種類	相談先	日程・時間
女性相談 DV相談	☎639-5810	月～金曜日 9:00 ～ 17:00

■こども家庭センター（市役所アトレ庁舎1・2階）での相談
問合先 こども家庭センター

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 8:30 ～ 17:00
こどもの相談	こども家庭相談担当・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 ※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	5/8(木)	13:30 ～ 15:30

■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	5/22(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。

日付	診療科など	医療機関名	電話
3日(祝)	内科	かわさきクリニック（越後島）	☎629-4976
	小児科	小井土クリニック（焼津4）	☎627-0339
	外科	はら整形外科クリニック（小柳津）	☎620-8772
	耳鼻科	ふじえだ耳鼻科（藤枝市上薮田）☆	☎648-1000
	歯科	石田歯科医院（大住）	☎628-3376
	当番薬局	えちごしま薬局（越後島）	☎631-4452
		さくら薬局西焼津店（小柳津）	☎621-4606
4日(祝)	内科	山の手クリニック（関方）	☎620-1911
		岩田クリニック（宗高）☆	☎662-2311
	小児科	そね小児科（五ケ堀之内）	☎620-8814
	外科	こいど胃腸クリニック（小土）	☎621-5100
	歯科	ツネカワ歯科医院（北新田）	☎625-2757
	当番薬局	焼津のぞみ薬局（関方）	☎621-5995
		フラワー薬局豊田店（五ケ堀之内）	☎639-6277
		杏林堂薬局西焼津駅北店（小屋敷）	☎621-5411
		あお空薬局（宗高）	☎664-0277
5日(祝)	内科／小児科	佐藤医院（田尻）	☎624-4804
	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
	歯科	KEN（ケン）デンタルクリニック（与惣次2）	☎656-1173
	当番薬局	大覚寺薬局（大覚寺2）	☎629-3789
		フラワー薬局田尻店（田尻）	☎656-3755
6日(休)	内科	小長谷内科消化器科医院（栄町6）	☎628-5661
	内科／小児科	石川医院（田尻）	☎624-4321
	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
		吉田医院（利右衛門）☆	☎622-0108
	耳鼻科	やいづ6丁目耳鼻咽喉科（焼津6）	☎620-6001
	歯科	あさひ歯科（駅北3）	☎626-3363
	当番薬局	ハロー薬局焼津店（栄町6）	☎621-4646
		エムハート薬局たじり店（田尻）	☎656-2233
		すばる薬局（焼津6）	☎627-2831
		西島薬局（駅北2）	☎628-7061
		大井川ふれあい薬局（利右衛門）	☎662-0411
11日(日)	内科	のがきクリニック（石津2）	☎656-0101
	内科／小児科	たきいクリニック（相川）☆	☎622-8525
	小児科／眼科	KOGA（コウガ）クリニック（大覚寺2）	☎628-5151
	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（藤枝市駅前2）☆	☎645-3387
	歯科	カワムラ歯科クリニック（宗高）	☎622-8141
	当番薬局	よつば薬局（石津2）	☎625-0005
		大覚寺薬局（大覚寺2）	☎629-3789
		さくら薬局西焼津店（小柳津）	☎621-4606
18日(日)	内科	高橋内科医院（焼津1）	☎627-0320
	内科／小児科	中山クリニック（下小田）	☎623-0090
	外科	おおとみリウマチ整形外科（中新田）	☎656-2221
	耳鼻科	たなか耳鼻科（小柳津）	☎621-5888
	歯科	かたおか歯科医院（小土）	☎627-8883
	当番薬局	焼津センター薬局（焼津1）	☎626-8892
		エムハート薬局すみれ中央店（石津港町）	☎623-9311
		わかくさ薬局大富店（中新田）	☎623-3939
		さくら薬局焼津小柳津店（小柳津）	☎620-7500
25日(日)	内科	畠山クリニック（東小川8）	☎621-5971
	内科／小児科	篠原医院（本町5）	☎628-3070
	外科	さわい医院（栄町2）	☎626-6660
	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	ファミリー歯科医院（惣右衛門）	☎623-0538
	当番薬局	エムハート薬局こがわ店（東小川8）	☎671-1701
		マリン薬局（栄町2）	☎621-1008

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 〒425-8502 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…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11月生まれの子	●大村・豊田…6/3(火) ●焼津・東益津・大富…6/4(水) ●小川・港・和田…6/5(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11・12月生まれの子	6/24(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5年11月生まれの子	●大村・豊田…6/10(火) ●焼津・東益津・大富…6/11(水) ●小川・港・和田…6/12(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10・11月生まれの子	6/24(火) ※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4年5月生まれの子	●豊田・和田・大井川…6/25(水) ●焼津・東益津・大富…6/26(木) ●大村・小川・港…6/27(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、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	ア	持 母子健康手帳、筆記用具 ※大井川庁舎では6/24(火)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5年6月生まれの子	●焼津・小川・大富・大井川…6/16(月) ●大村・豊田・港・東益津・和田…6/17(火)	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、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	5/27(火) ※託児なし・要予約。 ※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	離乳食開始時期の保護者	6/13(金)・30(月) ※託児なし・要予約。	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	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
健康相談					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

※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8年3月31日時点の年齢で表記します。

詳しくはこちら

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	大井川地区の人 ※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。	
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	
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7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	20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の人	

生活機能チェックなど

■生活機能チェック

日常生活に必要な生活機能を確認し、生活機能の低下がみられた人は、地域包括支援センターと相談の上、介護予防のサービス（訪問型・通所型サービス）など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。
※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（7月～）
持ち物 5月下旬に発送する健（検）診シール受診券（青色の封筒）をご確認ください
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.355

～野菜をふんだんに取り入れ、彩りよく仕上げました～

春キャベツのとん平焼き

■1人分 208kcal・塩分0.8g

CHECK レシピはこちらでも

材料（2人分）
春キャベツ…120g、玉ネギ…50g、もやし…40g、豚肉（こま切れ）…40g、A〈鶏がらスープの素・顆粒だしの素…各小さじ4分の1、こしょう…適量、油…小さじ1、卵…2個、マヨネーズ…小さじ1、油…少々、お好み焼きソース・マヨネーズ・かつお節・青のり…各お好みで適量

作り方
①キャベツはザク切りにし、玉ネギは厚さ5㎜程度に切る。豚肉は食べやすい大きさに切る。
②フライパンに油（小さじ1）を入れて熱し、豚肉を炒める。火が通ったら野菜を入れて炒め、Aで味付けする。お好みでこしょうをふった後、皿に移す。
③ボウルに卵を割り入れ、マヨネーズを加えてよく混ぜ合わせる。
④フライパンに油少々を入れて熱し、③の半量を流し入れ半熟状態に焼く。②の半量をのせて半月形に折り、卵で包み焼く。もう1枚も同様に焼く。
⑤④を器に盛り付け、お好みでソース、マヨネーズ、かつお節、青のりをかける。

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