

# 2月の生活情報

## 夜間の診療など

<p>■志太・榛原地域救急医療センター</p> <p>診療科目 内科、小児科</p> <p>受付時間</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>月～金曜日…19:30 ～ 22:00</li> <li>土・日曜日…19:30 ～翌日 7:00</li> </ul> <p>※ 2/8 (日)・14 (土)・22 (日)・28 (土)の22:00 以降は、診療科目が小児科のみ。</p> <p>持ち物</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>マイナ保険証または資格確認書</li> <li>子ども医療費受給者証、母子健康手帳 など</li> <li>お薬手帳</li> </ul> <p>問合先 志太・榛原地域救急医療センター ☎644-0099</p>	<p>■電話相談 #8000・#7119</p> <p>医療機関を受診した方が良いのか、様子を見ても大丈夫なのか、専門の相談員が電話でアドバイスします。(24 時間受け付け)</p> <p>おおむね 15 歳未満</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>静岡こども救急電話相談…#8000</li> <li>IP 電話やダイヤル回線の電話から…☎201-9910</li> <li>問合先 県地域医療課 ☎221-2406</li> </ul> <p>おおむね 15 歳以上</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>静岡県救急安心電話相談窓口…#7119</li> <li>IP 電話やダイヤル回線の電話から…☎204-7119</li> <li>問合先 県消防保安課 ☎221-2074</li> </ul>
---	---

## 相談室

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	2/9 (月)	市	13:00 ～ 16:00
☆ 弁護士相談	2/4 (水)、3/4 (水)	市	10:00 ～ 12:00 13:00 ～ 15:00
	2/18 (水)・25 (水)	市	13:00 ～ 15:00
☆ 多重債務相談	2/6 (金)・20 (金)	市	13:00 ～ 15:00
交通事故相談	2/4 (水)・18 (水)、3/4 (水)	市	9:30 ～ 15:30
☆ 建築なんでも相談	2/10 (火)	市	13:00 ～ 15:30
☆ 登記・測量相談	2/10 (火)	市	13:00 ～ 15:30
行政相談	2/2 (月)、3/2 (月)	市	13:00 ～ 15:30
	2/19 (木)	大	13:00 ～ 15:30
人権相談	2/5 (木)、3/5 (木)	市	9:30 ～ 12:00
	2/12 (木)	大	13:00 ～ 15:30
☆ 労働相談	2/19 (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	問合先	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（大井川福祉センター1階ほほえみ 相談室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	2/12 (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	2/26 (木)	13:30 ～ 15:30

相談室	<p>■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</p>
-----	--

※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

急を要さない場合は、平日のうちにかかりつけ医で診てもらいましょう。

■診療時間 8:30 ～ 17:00（☆印は 9:00 ～ 17:00）※歯科は 9:00 ～ 15:00。

- 医療機関によって診察時間や受付終了時間が異なります。
- 休日当番医の診療時間後は、左記事「夜間の診療など」をご利用ください。

日付	診療科など	医療機関名	電話	
1 日 (日)	内科／小児科	あしだクリニック（与惣次 1）	☎623-5656	
	外科	おおとみりウマチ整形外科（中新田）	☎656-2221	
	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	KEN デンタルクリニック（与惣次 2）	☎656-1173	
	当番薬局	わかくさ薬局大富店（中新田）	☎623-3939	
	内科	いたやクリニック（小土）	☎621-5200	
8 日 (日)	小児科	やまもと小児科（石津 2）	☎656-0100	
	外科	さわい医院（栄町 2）	☎626-6660	
	耳鼻科	やいづ 6 丁目耳鼻咽喉科（焼津 6）	☎620-600	
	歯科	ふかざわ歯科（坂本）	☎626-7111	
	当番薬局	よつば薬局（石津 2）	☎625-0005	
		マリン薬局（栄町 2）	☎621-1008	
11 日 (祝)	内科	すばる薬局（焼津 6）	☎627-2831	
		ながたクリニック（小柳津）	☎631-6015	
	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	
	耳鼻科	森耳鼻咽喉科（藤枝市大洲 1）☆	☎635-8687	
	歯科	あい歯科クリニック（大覚寺 1）	☎626-8841	
15 日 (日)	当番薬局	げんき薬局（小柳津）	☎620-7237	
		さくら薬局焼津西小川店（西小川 1）	☎620-8844	
	内科	さくら薬局西焼津店（小柳津）	☎621-4606	
		こだいらクリニック（小川）	☎621-3333	
	小児科	平井医院（上泉）☆	☎622-9070	
	外科	KÔGA クリニック（大覚寺 2）	☎631-7289	
産婦人科	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		
22 日 (日)	耳鼻科	焼津パースクリニック（小屋敷）	☎626-8603	
	眼科	たなか耳鼻科（小柳津）	☎621-5888	
	歯科	KÔGA クリニック（大覚寺 2）	☎628-5151	
	当番薬局	あさひ歯科（駅北 3）	☎626-3363	
		クローバー薬局（小川）	☎625-9000	
	23 日 (祝)	当番薬局	大覚寺薬局（大覚寺 2）	☎629-3789
さくら薬局焼津小柳津店（小柳津）			☎620-7500	
内科／小児科		西島薬局（駅北 2）	☎628-7061	
		仁科薬局大井川店（上泉）	☎662-0862	
内科／外科		櫻井医院（上新田）☆	☎622-0122	
小児科		コミュニティーホスピタル甲賀病院(大覚寺 2)	☎628-5500	
耳鼻科	そね小児科（五ヶ堀之内）	☎620-8814		
歯科	藤枝あおば耳鼻咽喉科（藤枝市末広 1）☆	☎050-3033-4284		
23 日 (祝)	当番薬局	かたおか歯科医院（小土）	☎627-8883	
		大覚寺薬局（大覚寺 2）	☎629-3789	
	当番薬局	フラワー薬局豊田店（五ヶ堀之内）	☎639-6277	
		どんぐり薬局大井川店（上新田）	☎622-3408	
	23 日 (祝)	当番薬局	長岡内科（西小川 4）	☎629-3205
			石川医院（田尻）	☎624-4321
当番薬局		外科	大久保医院（上小杉）	☎622-2500
		歯科	やすもと歯科医院（東道原 2）	☎639-5489
当番薬局		赤木薬局さつき店（西小川 4）	☎627-9230	
		ユニスマイル薬局たじり店（田尻）	☎656-2233	
		マイ薬局（上小杉）	☎662-1677	

上水道工事休日当番店			
日付	当番店・電話	日付	当番店・電話
1 日(日)	㈱福泉大井川支店 ☎622-1260	15 日(日)	池谷水道設備㈱ ☎628-4332
8 日(日)	㈱池ヶ谷設備工業所 ☎622-1439	22 日(日)	薬科設備工業㈱ ☎627-5477
11 日(祝)	本橋建設㈱ ☎629-0248	23 日(祝)	青島ポンプ工業㈱ ☎628-2153

# 3月の健康の窓

## 子どもの健診・教室、健康相談など

種類	対象	日程	受付時間	会場	内…内容 窓…持ちもの
6～7カ月児相談	<p>【焼津地区にお住まいの人】 令和 7 年 8 月生まれの子</p> <p>【大井川地区にお住まいの人】 令和 7 年 7・8 月生まれの子</p>	<p>●大村・豊田…3/3 (火)</p> <p>●焼津・東益津・大富…3/4 (水)</p> <p>●小川・港・和田…3/5 (木)</p> <p>2/27 (金) ※ 2 カ月に 1 回偶数月に実施。</p>	<p>9:00 ～ 9:30</p> <p>9:30 ～ 9:45</p>	<p>ア</p> <p>大</p>	<p>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。</p>
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。	<p>【焼津地区にお住まいの人】 令和 6 年 8 月生まれの子</p> <p>【大井川地区にお住まいの人】 令和 6 年 6・7 月生まれの子</p>	<p>●大村・豊田…3/10 (火)</p> <p>●焼津・東益津・大富…3/12 (水)</p> <p>●小川・港・和田…3/13 (金)</p> <p>2/27 (金) ※ 2 カ月に 1 回偶数月に実施。</p>	13:00 ～ 14:00	<p>ア</p> <p>大</p>	<p>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</p>
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 5 年 2 月生まれの子	<p>●豊田・和田・大井川…3/17 (火)</p> <p>●焼津・東益津・大富…3/18 (水)</p> <p>●大村・小川・港…3/19 (木)</p>	13:00 ～ 14:00	ア	<p>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</p>
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	<p>持 妊娠届出書、妊娠届出書にある持ち物、印鑑</p>
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	<p>持 母子健康手帳、筆記用具 ※大井川庁舎 1 階健診コーナーでは 2/27 (金)のみ実施。受付時間は 10:00 ～ 10:30 要予約</p>
2歳児歯みがき教室	令和 6 年 3 月生まれの子	3/2 (月)・9 (月)	9:15 ～ 9:30	ア	<p>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</p>
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	<p>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</p>
子育て教室	生後3～5カ月の乳児の保護者	3/6 (金) ※託児なし・要予約。 ※ 2 カ月に 1 回奇数月に実施。	13:15 ～ 13:30	ア	<p>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</p>
離乳食教室	離乳食開始時期の保護者	3/9 (月) ※託児なし・要予約。	13:15 ～ 13:30	ア	<p>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</p>
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	<p>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</p>
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	<p>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</p>

### 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。

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	
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	
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	

レシビ  
No.364

台所からの健康づくり

～白菜のシャキシャキとした食感を楽しむことができます～  
**シャキシャキ白菜コーンサラダ**  
■1 人分 95kcal・塩分 0.6g

CHECK /  
レシビは  
こちらでも

QRコード

材料（4 人分）  
白菜…150g、ニンジン…30g、塩…2g、ツナ水煮…50g、コーン…50g、ミニトマト…2 個、ゆで卵…1 個、カイワレ大根…少量、A（マヨネーズ…大さじ 2、酢…小さじ 2、砂糖…小さじ 2、粒マスタード…小さじ 1、黒こしょう…少々）

作り方  
①白菜は 4 ～ 5mm 幅に切る。ニンジンは千切りにする。  
②①を塩でもみこみ、5 分置いて水気をしぼる。  
③ボウルに A を入れて混ぜる。②と水気を切ったツナとコーンを加え、よく混ぜる。  
④③を皿に盛りつけ、カットしたミニトマトとゆで卵、カイワレ大根を飾り付ける。

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

QRコード

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	<p>■税理士会の無料税務相談（要予約） 2/23 (祝)は「税理士記念日」です。 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</p>
-----	--