

3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
 ※3/8(日)・14(土)・22(日)・28(土)、4/4(土)の22:00以降は、診療科目が小児科のみ。
 持ち物
 ●マイナ保険証または資格確認書
 ●子ども医療費受給者証、母子健康手帳など
 ●お薬手帳
 問合先 志太・榛原地域救急医療センター
 ☎644-0099

■電話相談 #8000・#7119
 医療機関を受診した方が良いのか、様子を見て大丈夫なのか、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)
 おおむね15歳未満
 ●静岡こども救急電話相談…#8000
 ●IP電話やダイヤル回線の電話から…☎201-9910
 ●問合先 県地域医療課 ☎221-2406
 おおむね15歳以上
 ●静岡県救急安心電話相談窓口…#7119
 ●IP電話やダイヤル回線の電話から…☎204-7119
 ●問合先 県消防保安課 ☎221-2074

相談室

●相談はすべて無料です。●祝休日、年末年始はお休みです。
 ●☆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	3/9(月)	市	13:00～16:00
☆弁護士相談	3/4(水)、4/1(水)	市	10:00～12:00 13:00～15:00
	3/11(水)・18(水)・25(水)	市	13:00～15:00
☆多重債務相談	3/6(金)・27(金)、4/3(金)	市	13:00～15:00
交通事故相談	3/4(水)・18(水)、4/1(水)	市	9:30～15:30
☆建築なんでも相談	3/10(火)	市	13:00～15:30
☆登記・測量相談	3/10(火)	市	13:00～15:30
行政相談	3/2(月)	市	13:00～15:30
	3/19(水)	大	13:00～15:30
人権相談	3/5(水)、4/2(水)	市	9:30～12:00
	3/12(水)	大	13:00～15:30
☆労働相談	3/19(水)	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(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	3/12(水)	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	3/26(水)	13:30～15:30

■権利擁護相談(要予約) 成年後見制度の利用や高齢者・障害者の権利擁護について、司法書士による相談を行っています。 日時 3/11(水)、4/8(水) 13:30～16:30 会場 総合福祉会館 ※1組30分の予約制です。詳しくは問い合わせください。 予約・問合先 焼津市社会福祉協議会 ☎621-2941

※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	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	金井整形外科(大村2)	☎621-1211
		神戸整形外科(宗高)☆	☎622-3399
	耳鼻科	藤枝診療所(藤枝市高洲)☆	☎635-8749
歯科	井澤歯科医院(石津港町)	☎624-9018	
当番薬局	えちごしま薬局(越後島)	☎631-4452	
	ユーカー薬局(大村2)	☎626-5000	
	おおいがわ薬局(宗高)	☎662-1762	
	岩田クリニック(宗高)☆	☎662-2311	
8日(日)	内科/小児科	篠原医院(本町5)	☎628-3070
	内科/外科/耳鼻科/眼科	岡本石井病院(小川新町5)	☎627-5585
	歯科	河村歯科診療室(本町2)	☎631-4618
当番薬局	コスモ薬局(本町2)	☎621-3771	
	あお空薬局(宗高)	☎664-0277	
	内科	佐藤医院(田尻)	☎624-4804
15日(日)	内科/小児科	中山クリニック(下小田)	☎623-0090
	外科	谷口整形外科医院(小屋敷)	☎627-2020
	耳鼻科	ふじえだ耳鼻科(藤枝市上藪田)☆	☎648-1000
	歯科	なお歯科クリニック(本町2)	☎620-2575
	当番薬局	フラワー薬局田尻店(田尻)	☎656-3755
20日(祝)	当番薬局	ユニスマイル薬局石津店(石津港町)	☎623-9311
	当番薬局	コスモ薬局(本町2)	☎621-3771
	内科	山の手クリニック(関方)	☎620-1911
	小児科	仲神医院(中新田)	☎623-0805
	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	キャロットクリニック小田歯科(中新田)	☎623-6480
	当番薬局	焼津のぞみ薬局(関方)	☎621-5995
		フレンド薬局(中新田)	☎624-9390
		杏林堂薬局西焼津駅北店(小屋敷)	☎621-5411
すばる薬局(焼津6)		☎627-2831	
22日(日)	内科	小長谷内科消化器科医院(栄町6)	☎628-5661
	内科	横山消化器内科(下小杉)☆	☎622-0045
	小児科	やまもと小児科(石津2)	☎656-0100
	外科	志太記念脳神経外科(小柳津)	☎620-3717
	歯科	カワムラ歯科クリニック(宗高)	☎622-8141
	当番薬局	ハロー薬局焼津店(栄町6)	☎621-4646
		よつば薬局(石津2)	☎625-0005
		さくら薬局西焼津店(小柳津)	☎621-4606
		下小杉薬局(下小杉)	☎664-2151
	29日(日)	内科	のがきクリニック(石津2)
小児科		ほりお小児科(西小川2)	☎626-5500
外科		おおとみりウマチ整形外科(中新田)	☎656-2221
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		河合歯科医院(西小川4)	☎626-1184
当番薬局		よつば薬局(石津2)	☎625-0005
		さくら薬局焼津西小川店(西小川1)	☎620-8844
		わかかき薬局大富店(中新田)	☎623-3939

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)	㈱小泉建設 ☎628-4563	20日(祝)	㈱小泉ポンプ工業所 ☎624-0843
8日(日)	増田設備工業 ☎668-9070	22日(日)	守屋設備㈱ ☎628-8886
15日(日)	㈱大一配管 ☎624-4217	29日(日)	㈱村本配管工業 ☎624-9556

4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、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	内容	持ちもの
6カ月児相談	【焼津地区にお住まいの人】 令和7年9月生まれの子	4/3(金)・7(火)・9(水) ※要予約。	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	
	【大井川地区にお住まいの人】 令和7年9・10月生まれの子	4/24(金) ※要予約。 ※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。	令和6年9月生まれの子	4/14(火)・15(水)・17(金) ※要予約。	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	 詳しくはこちら
2歳3カ月児相談	令和6年1月生まれの子	4/20(月)・21(火) ※要予約。	9:00～10:15	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、2歳児歯磨き教室アンケート、仕上げ歯ブラシ、フェイスタオル	
3歳児健康診査 ※前月に3歳を迎えたお子さんが対象。	令和5年3月生まれの子	4/22(水)・23(木)・24(金) ※要予約。	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) ※要予約。(ただし3月までは予約不要)	時間は予約時に確認してください	ア	持 妊娠届出書、妊娠届出書にある持ち物、 印鑑	 詳しくはこちら
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1階健診コーナーでは4/24(金)のみ実施。受付時間は10:00～10:30	要予約
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	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	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	3/9(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 13:15～13:30	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	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 ●健診結果から生活習慣について考える	

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	



生活機能チェック・認知症スクリーニング

■生活機能チェック 対象
 日常生活に必要な生活機能の低下(介護予防の必要性)の有無を確認するための検査です。
 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】
 対象 満70～74歳の人
 ※要支援・要介護認定者、事業加入者を除く。
 ※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。
 個別指定医療機関(3/31(火)まで)
 持ち物 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

■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。 詳しくはこちら

レシビ NO.365

～白ゴマを満遍なくまがすことで香ばしい風味をプラス～

カツオの生春巻き

■1人分 151kcal・塩分 0.9g

材料(4人分)

カツオ…刺身用8切れ、ライスペーパー…4枚、キュウリ…1/2本、青じそ…8枚、ニンジン…1/3本、小ネギ…2本、カイワレ大根…1/2パック、レタス…2枚、白ゴマ…大さじ4、A(しょうゆ…大さじ1、みりん…小さじ1、おろししょうが…小さじ1)、マヨネーズ…大さじ1

作り方

①Aを混ぜ、カツオをからませる。②キュウリ、青じそ、ニンジンは千切りにする。小ネギは小口切り、カイワレ大根は半分に切る。レタスはちぎっておく。

③ライスペーパーを1枚ずつ水にくぐらせ、①と②をのせ、巻く。

④バットに白ゴマを入れ、③を入れて周りに満遍なくまがす。

⑤1本を3等分に切り、器に盛りつけ、マヨネーズを添える。

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



相談室