

4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
 ※4/4(木)・12(日)・18(土)・26(日)、5/2(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
 ●静岡子ども救急電話相談…#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	4/13(月)	市	13:00～16:00
☆弁護士相談	4/8(水)・15(水)・22(水)	市	13:00～15:00
☆多重債務相談	4/3(金)・17(金)・5/1(金)	市	13:00～15:00
交通事故相談	4/1(水)	市	9:30～15:30
☆建築なんでも相談	4/14(火)	市	13:00～15:30
☆登記・測量相談	4/14(火)	市	13:00～15:30
行政相談	4/6(月)	市	13:00～15:30
人権相談	4/2(木)	市	9:30～12:00
	4/9(木)	大	13:00～15:30
☆労働相談	4/16(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 子ども相談課 ☎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

■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 8:30～17:00
子どもの相談	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 ※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	4/9(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	4/23(木)	13:30～15:30

※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
5日(日)	内科	高橋内科医院(焼津1)	☎627-0320
	小児科	本多小児科医院(大栄町2)	☎628-0113
	外科	はら整形外科クリニック(小柳津)	☎620-8772
		吉田医院(利右衛門)☆	☎622-0108
	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	やすもと歯科医院(東道原2)	☎639-5489
12日(日)	当番薬局	焼津センター薬局(焼津1)	☎626-8892
		メロン薬局(大栄町1)	☎629-8862
		さくら薬局西焼津店(小柳津)	☎621-4606
	大井川ふれあい薬局(利右衛門)	☎662-0411	
	内科	畠山クリニック(東小川8)	☎621-5971
	内科/小児科	たきいクリニック(相川)☆	☎622-8525
小児科	KOGAクリニック(大覚寺2)	☎631-7289	
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	
眼科	KOGAクリニック(大覚寺2)	☎628-5151	
歯科	かわさき歯科医院(駅北1)	☎627-8809	
当番薬局	ユニスマイル薬局こがわ店(東小川8)	☎671-1701	
	大覚寺薬局(大覚寺2)	☎629-3789	
	西島薬局(駅北2)	☎628-7061	
19日(日)	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
	小児科	あしだクリニック(与惣次1)	☎623-5656
	耳鼻科	森耳鼻咽喉科(藤枝市大洲1)☆	☎635-8687
	歯科	あきにわ歯科(下小田)	☎624-9845
当番薬局	大覚寺薬局(大覚寺2)	☎629-3789	
26日(日)	内科/外科/産婦人科/耳鼻科	岡本石井病院(小川新町5)	☎627-5585
	小児科	そね小児科(五ヶ堀之内)	☎620-8814
	歯科	KENデンタルクリニック(与惣次2)	☎656-1173
	当番薬局	フラワー薬局豊田店(五ヶ堀之内)	☎639-6277
29日(祝)	内科	立花クリニック(五ヶ堀之内)	☎620-9191
	小児科	小井土クリニック(焼津4)	☎627-0339
	外科	大久保医院(上小杉)	☎622-2500
	耳鼻科	藤枝あおば耳鼻咽喉科(藤枝市末広1)☆	☎050-3033-4284
当番薬局	アオキ歯科(石津)	☎625-1870	
	ファミリー薬局(五ヶ堀之内)	☎621-7200	
	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
5日(日)	一色設備 ☎626-0199	26日(日)	薬科設備工業(株) ☎627-5477
12日(日)	増田設備工業 ☎668-9070	29日(祝)	本橋建設(株) ☎629-0248
19日(日)	(株)小泉建設 ☎628-4563		

5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10月生まれの子	5/12(火)・14(木)・15(金) ※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	☎627-4111
	【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10月生まれの子	5/19(火)・21(木)・22(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	☎627-4111 詳しくはこちら
2歳3カ月児相談	令和6年2月生まれの子	5/11(月)・18(月) ※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4月生まれの子	5/26(火)・27(水)・29(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。	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	☎627-4111 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	5/28(木) ※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	5/13(水) ※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	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	

令和8年度 各種健(検)診の受診券

※受診券には、それぞれの健(検)診の受け方や自己負担金、持ち物などが掲載されています。必ず内容を確認してください。
 ※受診券は、特定健診・がん検診を受ける際に必ず医療機関に提示してください。
 ※健(検)診は早めに受け、受診券はすべての健(検)診が終わるまで保管してください。
 ※対象年齢は、令和9年3月31日時点の年齢で表記しています。

種類	対象や注意事項など
成人歯科健診受診券	対象者に4月下旬に「はがき」で発送
ピロリ菌胃がんリスク検診受診券(35歳)	対象者に4月下旬に「白地に黄緑色の魚河岸柄の封筒」で発送
特定健診・がん検診健(検)診シール受診券	対象者に5月下旬に「A4サイズの青色の封筒」で発送 ※胃内視鏡検査は2年に1回です。対象となるかについては、シール受診券で確認してください。
子宮がん・乳がん検診受診券	対象者に6月上旬に「白地に紫色の魚河岸柄の封筒」で発送 ※今年4月1日時点で20歳の人には子宮がん検診、また40歳の人には乳がん検診の無料クーポン券を同封します。

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
 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。
 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、実施することができます。
 ■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 個別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)を確認してください
 問合先 高齢者福祉課 ☎626-1219
 ☎626-1219
 詳しくはこちら

■大井川地区の志太医師会集団健診(電話またはネットによる予約制)
 ※受診希望日ごとに予約時間が異なります。予約の際は、5月末に送付する受診券に同封されている説明文を確認してください。
 ※尿検査・大腸がん検診を予約した人には後日容器を送付しますので、受診券に容器は同封されません。

台所づくりの健康づくり

～ジャガイモのやさしい甘さを感じる簡単レシピです～
 レシピ No.366

ジャガイモの栴尾煮

■1人分 90kcal・塩分 0.7g

材料(2人分)

ジャガイモ…2個、グリーンピース…大さじ1、A(水…1カップ、砂糖…大さじ2、塩…小さじ1/4)

作り方

①ジャガイモは皮をむき、一口大に切った後、水にさらしてあくを抜く。
 ②グリーンピースをゆでる。
 ③鍋にAとジャガイモを入れ、柔らかくなるまで煮る。

④汁気がなくなるまで煮た後、木べらで混ぜる。
 ⑤④にグリーンピースを加え、混ぜた後、器に盛りつける。

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

CHECK / レシピはこちらでも



