

## 1歳6カ月児健康診査

健康診査票（事前に記入）、親子手帳（母子健康手帳）、予防接種手帳を持参。4月末までに健康診査票が届かない人は保健所健康づくり課母子歯科保健係へご連絡ください。

月 日	受付時間	場 所	対 象
5月9日	12:45~14:00	北区中央保健センター	H29.10生
5月16日	12:45~14:00		
5月23日	12:45~14:00		
5月29日	12:45~14:00	北区北保健センター	
5月8日	12:45~14:00	中区保健センター	
5月29日	12:45~14:00		
5月21日	12:45~14:00	東区保健センター	
5月23日	12:45~14:00		
5月16日	12:45~14:00	南区西保健センター	
5月9日	12:45~14:00	南区南保健センター	
5月30日	12:45~14:00		
5月17日	13:30~14:00	北区北保健センター 御津分館	御津・建部地域 のH29.9・10生

## 3歳児健康診査

健康診査票・目と耳のアンケート（事前に記入）、尿、親子手帳（母子健康手帳）、予防接種手帳を持参。4月末までに健康診査票・目と耳のアンケートが届かない人は保健所健康づくり課母子歯科保健係へご連絡ください。

月 日	受付時間	場 所	対 象
5月14日	12:45~14:00	北区中央保健センター	H27.10生
5月21日	12:45~14:00		
5月28日	12:45~14:00		
5月10日	12:45~14:00	北区北保健センター	
5月24日	12:45~14:00		
5月7日	12:45~14:00	中区保健センター	
5月15日	12:45~14:00		
5月22日	12:45~14:00	東区保健センター	
5月28日	12:45~14:00		
5月7日	12:45~14:00	南区西保健センター	
5月14日	12:45~14:00		
5月15日	12:45~14:00	南区南保健センター	
5月22日	12:45~14:00		
5月17日	13:00~13:30	北区北保健センター 御津分館	御津・建部地域 のH27.9・10生

## 離乳食講習会

☑赤ちゃんを育てる保護者 ☑先着30人  
持 親子手帳（母子健康手帳）、子育てのしおり  
申 各保健センターへ ☑託児あり（要申し込み）

月 日	時間	場 所	申込受付開始日
5月9日	13:30~15:30	中区保健センター	4月11日
5月14日	13:30~15:30	東区保健センター	4月12日

岡山市保健所 〒700-8546 北区鹿田町一丁目1-1  
岡山市保健福祉会館（市役所南側）内

●保健課 感染症対策係 ☎086-803-1262  
●健康づくり課 特定疾病係 ☎086-803-1271  
健康増進係 ☎086-803-1263  
母子歯科保健係 ☎086-803-1264  
精神保健係 ☎086-803-1267

●保健センター  
北区中央（岡山市保健福祉会館内） ☎086-803-1265  
北区北（北ふれあいセンター内） ☎086-251-6515  
御津・建部分室（建部支所総務民生課内） ☎086-722-1114  
中区（岡山ふれあいセンター内） ☎086-274-5164  
東区（旧西大寺保健センター） ☎086-943-3210  
南区西（西ふれあいセンター内） ☎086-281-9625  
南区南（南ふれあいセンター内） ☎086-261-7051

診療一口メモ

### 健康 ちょっと いい話

### インフルエンザの型と治療薬の作用するところ

インフルエンザにはA・B・Cの3つの型があります。A型は遺伝子が変わりやすく感染力が強いという特徴があり、B型は人と人の間ですら感染せず、病原性は強いのですが、ウイルスに対する免疫力は続きます。そしてC型は病原性が弱く、ウイルスに対する免疫は一生続きます。型の違うものに感染したり、ウイルスが変異したりするので、同じ年に2回かかることもありま。

① インフルエンザの治療薬には、ウイルスが感染した細胞から放出されるのを防ぐものと、② ウイルス自体が細胞の中で増殖するのを防ぐものがあります。広く知られている①の治療薬としては、1日2回を5日間飲むタミフル内服薬とリレンザ吸入、そして1回のみ吸入のイナビルがあります。また、ラピアクタという薬もありますが、こちらは点滴での投与となります。

②の治療薬としては、昨年発売されたゾフルーザ内服薬体重により調整して1回のみ服用）があり、症状改善が早いと言われています。それぞれの治療薬は場面に応じて適切に処方される必要があります。

す。例えば、吸入薬はうまくいかない必要量を吸入できず効果が出ません。また、ゾフルーザは1回服用ですが、吐いてしまった場合は2回目以降の処方が保険適用とならず、費用が全額自己負担となってしまう。

インフルエンザは、熱が下がったからといって薬を途中で止めてしまうと、完全にウイルスを退治できずに再び返したり、周囲に感染を広げることになります。それぞれの治療薬に定められている用量、使用期間をきちんと守りましょう。

岡山市薬剤師会

記事説明

日 日 時 期 日 期 日

時 時間

場 場所

内 内容

講 講師

対 対象

定 定員

費 費用など

持 持参品

申 申込

他 その他

## 結核・肺がん検診

対40歳以上（昭和55年4月1日以前生まれ）で、職場などで検診を受ける機会のない人（結核患者の多い国から来た外国人などは15歳以上）  
 費①胸部エックス線撮影／無料②肺がんの痰検査＝胸部エックス線撮影を受ける人のうち、50歳以上で喫煙指数が600以上の希望者／500円（70歳以上および65～69歳で後期高齢者医療被保険者証持参者は200円、無料券持参者は無料）  
 持結核・肺がん検診票、公的身分証明書

地区	月日	受付時間	場所
南輝	5月7日	9:00～10:10	福南中学校 正門内
		10:40～11:30	南輝町公民館
		13:00～13:30	並木町公園(並木町二丁目)
		14:00～14:30	あけぼの公園
		15:00～15:30	築港緑町公園
平福	5月9日	9:30～10:00	福浜北公園(福浜中学校北)
		10:30～11:00	八剣伝洲崎店
		11:30～12:00	平福コミュニティハウス
芳田	5月9日	13:30～14:40	リョービプラッツ泉田店
		15:10～15:40	芳田コミュニティハウス (新保天神公園)
岡南	5月10日	9:00～10:00	岡山南高校
		10:30～11:30	ザ・ビッグ奥田南店
		13:00～13:20	青江公会堂
		13:50～14:20	岡輝公民館
南方	5月16日	14:50～15:10	十日市町内会公会堂
		9:00～9:30	南方コミュニティハウス
福島	5月16日	10:00～10:30	岡ビル北 野田屋町公園付近
		11:20～12:00	福島南公園(福吉町)
		13:30～14:10	福島小学校 南運動場入口
浦安	5月22日	14:40～15:20	福島コミュニティハウス
		9:10～9:30	若林勇さん宅 倉庫前
		10:00～10:30	浦安土地改良区事務所 駐車場
		11:00～11:30	浦安小学校 正門内
		13:00～13:20	阿部池公民館
妹尾	5月24日	13:50～14:10	太刀洗公会堂
		9:00～10:00	西ふれあいセンター 南側駐車場【男女別検診会場】
		9:10～9:30	焼肉 巨城里 駐車場
		10:00～10:30	ザグザグ妹尾店
箕島	5月23日	13:00～13:20	ハマはうす 駐車場 (妹尾駅前筋)
		10:30～10:50	妹尾産業(有)従業員駐車場 (児島線沿い)
		11:20～11:40	赤松公会堂北
		13:00～13:20	箕島小学校
		13:50～14:10	ファミリーマート 岡山箕島店
		14:40～15:00	妹尾地域センター 駐車場
5月24日	11:00～11:20	(浜)平松睦さん宅駐車場	
	14:50～15:10	呑海寺公会堂	

## 子どもの歯の相談

対象は1歳から就学前の幼児です。親子手帳（母子健康手帳）を持参。希望者にはフッ素塗布（1,000円）を行います。

月日	受付時間	場所
4月16日	13:30～15:00	南区南保健センター
5月13日	13:30～15:00	東区保健センター

## こころの健康相談

こころの健康（若年性認知症・アルコール関連問題を含む）について専門医が相談に応じます（要予約）。申し込みは各保健センターへ。※医療機関を受診されている人はご遠慮ください。ご家族の相談も可能。

月日	相談時間	場所
4月26日	13:30～15:00	南区西保健センター
5月9日	13:30～15:00	中区保健センター
5月16日	13:30～15:00	南区南保健センター

## シニアのための健康相談

低栄養、転倒予防について、食事や運動（筋力維持）のアドバイスを行います（要予約）。申し込みは各保健センターへ。  
 対市内在住の65歳以上でBMI20以下の人  
 持健康診査などの結果

月日	時間	場所
4月8日	9:30～12:30	北区中央保健センター
4月15日	13:30～16:30	東区保健センター
4月16日	13:30～16:30	北区北保健センター
4月18日	13:30～16:30	中区保健センター
4月19日	9:30～12:30	南区西保健センター
4月25日	13:30～16:30	南区南保健センター

## 子どもの定期予防接種（無料）を行っています

問保健所保健課感染症対策係 ☎086-803-1262

### ●麻しん・風しん予防接種

対象者は以下のとおりで、それぞれ1回接種となっています。

◆Ⅰ期対象者 生後12カ月～24カ月未満の人

◆Ⅱ期対象者 平成25年4月2日～平成26年4月1日生まれの人

### ●日本脳炎予防接種

標準的にはⅠ期を3歳で2回・4歳で1回、Ⅱ期を9歳で1回（合計4回）接種。また、以下の①または②に該当する人には特例措置があります。

①平成19年4月1日以前生まれの人で20歳未満の人

Ⅰ期およびⅡ期の不足分（1～4回）を接種可能。

②平成19年4月2日～平成21年10月1日の間に生まれた人

Ⅰ期の対象年齢（生後6カ月～90カ月未満）の間にⅠ期の接種が完了しなかった人は、Ⅱ期の対象年齢（9歳～13歳未満）の期間中にⅠ期の未接種分（1～3回）を接種可能。7歳6カ月～9歳未満の間は接種不可。

# 成人男性への風しん定期予防接種が始まります

問 保健所保健課感染症対策係 ☎086-803-1262

風しんの予防接種をする機会がなかった次の年代の人を対象とした風しん予防接種が始まります。接種を希望する人は、事前に保健所へお問い合わせください。

- ☑ 接種日に市に住民登録があり、かつ①②に該当する人
- ① 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性
  - ② 平成26年4月以降に受けた風しん抗体検査で抗体が十分でない人

# 4月より妊娠期から産後の相談支援を充実させます

問 健康づくり課母子歯科保健係 ☎086-803-1264

## 1. 妊娠届け出の窓口を変更します

妊娠届け出時の親手帳の交付窓口を、現在の区役所・地域センターから各区保健センターの「さんさんステーション」に変更します。

同ステーションでは、妊娠届け出時に専門職が行う、妊娠中から産後にかけての面談による相談支援を行っています。

## 2. 産婦健康診査が始まります

産後間もない時期の産婦健康診査費用を助成します。

**対象者** 平成31年4月1日以降に出産した市に住民登録のある人

**健診時期** 産後2週間・1カ月頃（1人2回まで）

**健診項目** 診察、問診、体重・血圧測定、尿検査、エジンバラ産後うつ病質問票（EPDS）ほか

**受診方法** 市が発行する産婦健康診査受診票（依頼票）を指定された医療機関に提出

※受診票が届いていない人はご連絡ください。

平成31年4月からの窓口	所在地	電話番号
おかやま産前産後相談ステーション	北区鹿田町一丁目1-1 (岡山市保健福祉会館2階)	086-803-1201
北区北さんさんステーション	北区谷万成二丁目6-33 (北ふれあいセンター内)	086-214-0223
北区北保健センター御津建部分室	北区建部町福渡489 (建部支所総務民生課内)	086-722-1114
中区さんさんステーション	中区桑野715-2 (岡山ふれあいセンター内)	086-200-0223
東区さんさんステーション	東区西大寺中野本町4-5	086-942-0223
南区西さんさんステーション	南区妹尾880-1 (西ふれあいセンター内)	086-209-0223
南区南さんさんステーション	南区福田690-1 (南ふれあいセンター内)	086-902-0223

※受付時間は土・日曜、祝日を除く9時～16時30分  
(8時30分～9時、16時30分～17時15分は各保健センターへ)

# 高齢者肺炎球菌予防接種

問 保健所保健課感染症対策係 ☎086-803-1262

高齢者を対象とした肺炎球菌の定期予防接種を実施します。終了を予定していた65歳以上の人への経過措置も延長されました。法的な接種義務はありませんので、本人が希望する場合のみ接種を受けてください。

**◆対象者** 過去に自費・公費を問わず23価肺炎球菌ワクチンの接種を受けたことがなく、次の①または②に該当する市内在住の人

①次の年齢（生年月日）の人

- 65歳 昭和29年4月2日生～昭和30年4月1日生
- 70歳 昭和24年4月2日生～昭和25年4月1日生
- 75歳 昭和19年4月2日生～昭和20年4月1日生
- 80歳 昭和14年4月2日生～昭和15年4月1日生
- 85歳 昭和9年4月2日生～昭和10年4月1日生
- 90歳 昭和4年4月2日生～昭和5年4月1日生
- 95歳 大正13年4月2日生～大正14年4月1日生
- 100歳以上 大正9年4月1日以前生

②接種当日に満60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する人（それぞれ身体障害者手帳1級程度）

**◆接種回数** 1回（23価肺炎球菌ワクチンに限る）

**◆実施期間** 4月1日～2020年3月31日（ただし、各協力医療機関によって接種可能日時が異なるため、直接お問い合わせください）

**◆実施医療機関** 市内の各協力医療機関（詳細は「岡山市保健所からのお知らせ」または市のホームページを参照）。なお、県内の他市町村内の一部の医療機関でも市内と同様に接種を受けることができますが、直接確認する必要があります。

**◆持参物** 対象①の人は住所、氏名、生年月日がわかる公的身分証明書（健康保険被保険者証など）。対象②の人は公的身分証明書に加えて身体障害者手帳（1級）の写しまたは医師の診断書

**◆自己負担額** 3,610円

**◆自己負担金の減免手続き** 対象者のうち次の人は、事前の申請により助成券・無料券を発行します。

### 【市民税非課税世帯の人】

助成券の利用により、自己負担額1,800円

**◆申請先** 保健所保健課、各保健センター、北区北保健センター御津・建部分室、各区役所市民保険年金課・支所・地域センター

### 【生活保護世帯、中国残留邦人等支援給付受給世帯の人】

無料券の利用により、自己負担額なし

**◆申請先** 保健所保健課、各福祉事務所

※対象②の人は、いずれも保健所保健課に申請。

※保健所保健課では助成券・無料券ともに電話での受け付けもしています。



## 休日急患診療

### ●岡山市休日夜間急患診療所（内科・小児科）

☎086-225-2225 北区東中央町3-14 旧市民病院別館1階

□受付時間 ※往診はできません。  
(診療は受付開始時間の30分後から)

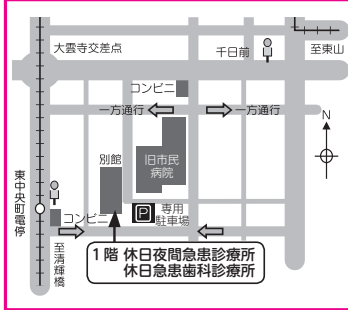
【内科】

日曜、祝日、年末年始  
9:30～11:30、12:30～16:30、  
20:00～22:30

【小児科】

日曜、祝日、年末年始  
9:30～11:30、12:30～16:30、  
19:00～22:30

平日の月～土曜 20:00～22:30



### ●岡山市休日急患歯科診療所

☎086-225-8280 北区東中央町3-14 旧市民病院別館1階

□受付時間 日曜、祝日、年末年始  
10:00～11:30、13:00～15:00  
※急患に限ります。予約・往診はできません。

### ●在宅当番医（内科系）

下表のとおり（平成31年2月末現在）。  
携帯サイトでもお知らせしています。



□診療時間 日曜、祝日、年末年始 9:00～17:00

※やむを得ない事情で当番医が変わる場合があります。  
往診はできません。

### ●岡山県小児救急医療電話相談

☎#8000または☎086-801-0018

子ども（おおむね15歳以下）の夜間急病時の対応方法  
や医療機関への受診などについて、看護師などが電話で  
相談に応じ、適切な助言を行います。

□受付時間 土・日曜、祝日、年末年始 18:00～翌朝8:00  
平日の月～金曜 19:00～翌朝8:00

### ●岡山県精神科救急情報センター

☎086-225-9080（県精神科医療センター内）

※救急受診が必要な人に受診先を紹介します。

□受付時間 土・日曜、祝日、年末年始 8:30～翌朝8:30  
平日の月～金曜 17:00～翌朝8:30

### ●救急病院の問い合わせ

☎086-231-0119

岡山市内救急病院案内（消防局・24時間対応）

## 岡山市休日急患当番医表（内科系）【平成31年4月】

☆ やむを得ない事情で当番医がかわる場合がありますから、受診の前に確認してください。  
☆ 「小児科」受診の際は、休日急患当番医が「内科系」のため、各当番医に受診が可能かどうかあらかじめ確認してください。

	旭川東地域	旭川西地域	西大寺・上道	瀬戸 ※1	一宮・津高・御津・建部・高松・足守	吉備・妹尾・福田 ※2	藤田・興除・灘崎 ※3	
第1日曜 4月7日	横田内科 クリニック(内科) ☎272-2202 中区国富	露野医院 (内科小児科) ☎241-3933 北区西長瀬	マツザキ クリニック(内科) ☎944-4777 東区西大寺松崎	近藤内科 (内科小児科) ☎953-1610 東区瀬戸町宗堂	福渡病院 ☎722-0525 北区建部町福渡	深澤内科医院 ☎284-1151 北区西辛川	野崎医院 (内科小児科) ☎292-0101 北区庭瀬	なかやま クリニック(内科) ☎282-4199 南区東畦
第2日曜 4月14日	江森内科・ 循環器科 ☎275-7474 中区中井一丁目	しげとし内科小児科 医院(内科小児科) ☎222-2627 南区新保	時未消化器科 内科医院(内科) ☎942-2317 東区西大寺中一丁目	山陽クリニック (内科小児科) ☎086-955-7111 赤磐市上市	サンノゼの丘 クリニック(内科) ☎286-0888 北区芳賀	津高台診療所 ☎251-0372 北区津高台一丁目	せのお病院 (内科) ☎282-1211 南区妹尾	みなみ整形・ 痛みのクリニック ☎239-3735 南区藤田
第3日曜 4月21日	清野内科医院 (内科) ☎278-5535 中区雄町	岡内科医院 (内科小児科) ☎265-5811 南区浦安本町	西大寺中央病院 (内科) ☎943-9211 東区松新町	吉井外科内科 クリニック ☎952-3331 東区瀬戸町沖	黒住外科内科 ☎284-5400 北区一宮	こまごえ医院 ☎724-2222 北区御津宇垣	すぎはら眼科・ 循環器科内科 ☎086-428-2868 倉敷市茶屋町	さとう内科 クリニック(内科) ☎296-8822 南区藤田
第4日曜 4月28日	内田内科 小児科医院 ☎277-0300 中区円山	すなみ内科 ☎255-7265 北区大安寺東町	津田内科 小児科医院(内科) ☎278-4123 東区古都南方	岩藤胃腸科外科 歯科クリニック ☎952-1166 東区瀬戸町沖	黒住外科内科 ☎284-5400 北区一宮	こまごえ医院 ☎724-2222 北区御津宇垣	笛木内科医院 (内科) ☎292-0033 北区庭瀬	さとう内科 クリニック(内科) ☎296-8822 南区藤田
祝日 4月29日	てらだ内科 クリニック(内科) ☎277-0005 中区円山	ひまわり内科 クリニック ☎246-5115 北区下中野	岡山西大寺病院 (内科) ☎943-2211 東区金岡東町一丁目	粟井内科医院 ☎953-0617 東区瀬戸町万富	浦上ファミリー クリニック ☎284-1221 北区一宮	山中医院 ☎724-0201 北区御津野々口	SSK茶屋町 クリニック(内科) ☎086-428-9000 倉敷市茶屋町	
休日 4月30日	岡山ハート クリニック(内科) ☎271-8101 中区竹田	つしまクリニック (内科) ☎251-3388 北区津島福居一丁目	石井内科クリニック (内科小児科) ☎946-2030 東区神崎町	うえおか内科医院 (内科小児科) ☎952-5665 東区瀬戸町江尻	大橋内科医院 ☎284-5552 北区一宮	金川病院 ☎724-0012 北区御津金川	南岡山 医療センター(内科) ☎086-482-1121 早島町早島	山本整形外科医院 ☎086-485-1435 倉敷市林

※1 赤磐医師会エリアを含む ※2 都窪医師会エリアを含む ※3 北児島医師会エリアを含む

スポーツほか

ワイド

催し

募集

お知らせ

相談

施設ガイド

健康