

1歳6カ月児健康診査・3歳児健康診査

11月受診の対象者（1歳6カ月児健診＝平成30年4月生、3歳児健診＝平成28年4月生）に、10月末までに健診のお知らせが届くので、日時などを確認のうえ、保健センターなどで受診してください。

1歳6カ月児健康診査



3歳児健康診査



離乳食講習会

- 対** 赤ちゃんを育てる保護者 **定** 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**回**で **他** 託児あり（要申し込み）

月日	開催時間	場所	申込受付開始日
11月6日	13:30～15:30	南区南保健センター	10月7日
11月12日	13:30～15:30	東区保健センター	10月10日

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
10月18日	13:30～15:00	中区保健センター

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
10月25日	13:30～15:00	南区西保健センター
11月7日	13:30～15:00	中区保健センター
11月21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	開催時間	場所
10月7日	9:30～12:30	北区中央保健センター
10月15日	13:30～16:30	北区北保健センター
10月17日	13:30～16:30	中区保健センター
10月18日	9:30～12:30	南区西保健センター
10月21日	13:30～16:30	東区保健センター
10月24日	13:30～16:30	南区南保健センター

10月は骨髄バンク推進月間です

健康づくり課特定疾病係 ☎086-803-1271

白血病などの血液疾患には、骨髄移植などが有効な治療法の一つです。そのためには、善意の提供者（ドナー）の存在が不可欠です。一人でも多くの患者に移植の機会が確保されるよう、骨髄バンクへの登録をお願いします。なお、市では骨髄などを提供されたドナーとドナーの勤務する事業所に奨励金を交付しています。

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

健康ちよといい話

補聴器をかしこく使って認知症を予防しましょう 岡山市医師会

最近、テレビの音が大きくなったり、聞き間違いをしたり、大勢の会合で相手の声が聞きづらかったりするところありませんか？それは難聴の始まりかもしれません。

最近の研究によると、認知症が起る最も大きな原因の一つが中期以降の難聴だと報告されています。ではなぜ難聴を放置していると認知症になる危険性が高まるのでしょうか。まだ詳しいことは分かっていませんが、難聴のために音の刺激や脳に伝わる情報量が少ない状態にさらされると、脳が委縮し認知症の発症に大きく影響することが分かっています。

そこで、認知症予防のためには中期以降の難聴の早い段階から補聴器をすることが推奨されています。

しかし、現在日本での補聴器の普及率（補聴器が必要な難聴があり、実際に補聴器をしている人の割合）はたった14%で欧米先進国の3分の1以下であり、残念ながら日本は補聴器後進国なのです。昨年からは医師が

必要と認めれば補聴器購入費用は医療費控除の対象となっており、自己負担が少し軽減されます。また補聴器には消費税がかかりません。最近ちよと聞こえにくい、また家族が難聴かもしれないと思われる人は、一度耳鼻咽喉科で相談をしてみてください。

今後の希望テーマは「はがきで」ご連絡ください。
〒700-10835
北区東中央町3-14
岡山市医師会「診療一口メモ」係

高齢者に対するインフルエンザ予防接種

問 保健所保健課感染症対策係 ☎086-803-1262
専用ダイヤル086-803-1255(9時～16時)

実施医療機関は市のHPまたは「岡山市保健所からのお知らせ」をご覧ください。下記①に該当する人は住所、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)、②に該当する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をご持参ください。詳細は、お問い合わせください。

対 次のいずれかに該当する市内在住の人

- ①接種当日に65歳以上の人
- ②接種当日に60歳～64歳で、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(単独障害で身体障害者手帳1級程度)

実施期間 10月1日～12月31日の期間で各協力医療機関が設定した日時。接種日時は各医療機関に直接お問い合わせください。

接種回数/自己負担金 1回/2,080円

自己負担金の減免(要事前申請)

【世帯員全員が市民税非課税の世帯の人】

・助成券を交付、自己負担額を1,040円に減額

申請場所 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、自己負担なし

申請場所 保健所保健課、担当各福祉事務所

※窓口申請は接種を受ける本人、住民票上の同一世帯員、本人からの委任状を持参した人のみ受け付け可。

※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。

※対象②に該当する人は、保健所保健課で申請してください。

※右のQRコードから電子申請が可能です。

岡山市 高齢者 インフルエンザ 検索



協力医療機関外で接種をする人

やむを得ない事情で県外などの協力医療機関外で接種する場合には費用を助成する制度があります(事前申請が必要)。

岡山市いいお産サポート事業 「いいお産の日in岡山市2019 ～いのちを育む家族のきずな～」

問 健康づくり課母子歯科保健係 ☎086-803-1264

出産の現状を多くの人に知ってもらい、妊娠・出産・育児について知るためのイベントです。

日 11月2日(土)11時～16時 場 岡山ふれあいセンター(中区桑野)

内 ◆講演会 13時～14時20分(受付12時30分～)

演題 「奇蹟のすぐそばにということ」

講師 荻田和秀さん(りんくう総合医療センター産婦人科部長)

定 先着200人

◆妊娠・出産・子育てに関するコーナー

人形を使った沐浴実習※、マタニティ・ヨガ※、ベビーマッサージ※、ハンドマッサージ、パネルコーナー、「桃太郎のまち健康推進応援団」登録企業による展示ほか ※それぞれ定員あり。各回10分前から受け付けを開始。開始時間については、お問い合わせください。

胃がん集団検診

対 50歳以上(昭和45年4月1日以前生まれ)で、今年度中に偶数年齢になる人または昨年の胃がん検診を受けていない人
費 70歳未満(昭和25年4月2日以後生まれ)1,020円、70歳以上(昭和25年4月1日以前生まれ)400円 ※65～69歳で後期高齢者医療被保険者証持参者は400円。無料券持参者は無料。
持 公的身分証明書、胃がん検診票、自己負担金または無料券 ※内視鏡検査を希望する人や持病のある人は個別検診(医療機関で実施)を受けてください。

地区	月日	受付時間	場所
足守中学校区	10月15日	7:30～9:00	足守公民館
福島	10月15日	7:30～8:30	福島コミュニティハウス
古都	10月16日	8:00～9:00	古都コミュニティハウス
西	10月17日	7:30～9:00	J A岡山今菜葉村(旧J A岡山 今支所)
灘崎	10月18日	8:00～9:00	ウェルポートなださき
山南	10月21日	8:00～9:00	山南公民館
幡多	10月23日	7:30～9:00	東公民館
操山(二軒・宇野)	10月24日	7:30～9:00	宇野小学校体育館下ピロティー
操明	10月25日	7:30～9:00	岡山ふれあいセンター西玄関前
上南	10月29日	7:30～8:30	上南公民館
角山	10月30日	8:00～9:00	(旧)J A岡山才崎支所
南輝	10月31日	7:30～9:00	ニシナフードバスケット南輝店駐車場
出石・鹿田	11月6日	8:00～9:00	岡山市保健福祉会館西出入口前
平福	11月7日	7:30～9:00	平福コミュニティハウス
福浜	11月8日	7:30～9:00	福浜公民館
西大寺	11月11日	7:30～9:00	東区保健センター

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
雄神	11月1日	9:10～9:50	福祉交流プラザ雄神
		10:20～10:40	河本修省社
豊	11月1日	11:10～11:30	西大寺新公会堂
		13:00～13:20	西大寺新地公会堂
		13:50～14:20	J A岡山 豊支所
西大寺	11月1日	15:00～16:00	東区保健センター
彦崎	11月5日	9:10～10:00	植松児童館
		10:30～11:30	彦崎分館(灘崎体育センター隣)
迫川	11月5日	13:00～13:30	迫川分館
		14:00～15:00	ウェルポートなださき
平島	11月7日	9:00～9:30	砂場公会堂
城東台	11月7日	10:00～10:50	城東台コミュニティハウス
		11:20～12:00	わたなべ生鮮館 城東店
		13:30～14:30	草ヶ部公会堂
浮田	11月7日	15:00～15:20	浮田小学校

ポイントを集めて景品ゲット! おかやまケンコー大作戦

問 同コールセンター ☎0570-004-006

35歳以上の市民などを対象に実施中です。対象メニューの利用でポイントを集め、健康と景品をゲットしましょう。

申 各区役所・地域センターで配布の申込書を団・区で



10月1日から、産後ケア事業が始まります

問 保健所健康づくり課母子歯科保健係 ☎086-803-1264

出産直後のお母さんが地域で安心して子育てできるよう、県内の契約医療機関および助産所での宿泊産後ケア・日帰り産後ケアの費用の一部を市が負担します。

対 家族などから十分な家事、育児の援助が受けられない市内在住の産後4カ月未満の母親と赤ちゃんで、①・②のいずれかに該当する人
① 出産後の身体的な不調や回復の遅れまたはその恐れがあり、休養の必要がある人

② 出産後の健康管理や育児について、保健指導を希望する人

実施の契約医療機関・助産所など詳細は、HPでご確認ください。HPから申請書のダウンロードも可。

申 市内産前産後相談ステーション



10月は乳がん月間 ピンクリボン岡山フェスタを開催します

問 保健管理課 ☎086-803-1250
問 山陽新聞社「ピンクリボン岡山」
☎086-803-8013

乳がんの知識普及と検診受診の推進のためキャンペーンイベントを開催します。

日 10月14日(祝)10時～18時30分

場 イオンモール岡山1階未来スクエア
(北区下石井一丁目)

内 乳がんに関する展示、県民公開講座(定員先着200人) / 17時から講演、17時40分からヨガ体験ほか)

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)

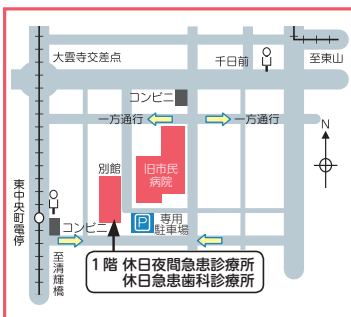
【内科】

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(令和元年8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)【令和元年10月】

☆ やむを得ない事情で当番医が変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・瀬崎 ※3	
第1日曜 10月6日	てらだ内科 クリニック(内科) ☎277-0005 中区円山	しげとし内科小児科医院 (内科小児科) ☎222-2627 南区新保	藤原内科 循環器科医院(内科) ☎942-2173 東区西大寺東二丁目	あかいわファミリー クリニック(内科小児科) ☎086-955-9251 赤磐市河本	マスカット内科 クリニック(内科) ☎294-7111 北区宮野	ももたろう 整形外科(内科) ☎295-2557 北区下足守	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2日曜 10月13日	岡山ハート クリニック(内科) ☎271-8101 中区竹田	岡内科医院 (内科小児科) ☎265-5811 南区浦安本町	コープ西大寺 診療所(内科) ☎944-0088 東区西大寺中二丁目	間阪内科 (内科小児科) ☎952-1717 東区瀬戸町瀬戸	前田医院 (内科) ☎284-7676 北区檜津	あしもり クリニック ☎295-1133 北区下足守	南岡山医療センター (内科) ☎086-482-1121 早島町早島	さとう内科 クリニック(内科) ☎296-8822 南区藤田
祝日 10月14日	鈴木内科医院 ☎273-0101 中区門田屋敷三丁目	すなみ内科 ☎255-7265 北区大安寺東町	陽クリニック (内科小児科) ☎943-8778 東区西大寺新地	石原医院 ☎952-0162 東区瀬戸町瀬戸	福本クリニック (内科) ☎284-8811 北区首部	深井医院 ☎287-2011 北区高松	S S K茶屋町 クリニック(内科) ☎086-428-9000 倉敷市茶屋町	葵クリニック (内科) ☎728-0008 南区藤田
第3日曜 10月20日	氏平医院 (内科) ☎272-1372 中区古京町一丁目	ひまわり内科 クリニック ☎246-5115 北区下中野	大西内科消化器科 医院(内科) ☎943-9191 東区益野町	岩藤胃腸科外科 歯科クリニック ☎952-1166 東区瀬戸町沖	森脇内科医院 ☎253-1567 北区津高	田中胃腸科 (内科) ☎287-9200 北区小山	青木内科小児科 医院(内科小児科) ☎281-2277 南区大福	松木内科 (内科) ☎362-0247 南区宗津
祝日 10月22日	庄医院 (内科) ☎277-0270 中区山崎	つまクリニック (内科) ☎251-3388 北区津島福居一丁目	西大寺中央クリニック (内科) ☎943-9211 東区松新町	こどもクリニック えくぼ(内科小児科) ☎952-1515 東区瀬戸町旭ヶ丘	たけべ クリニック ☎722-0063 北区建部町建部上	済生会吉備病院 (内科) ☎287-8655 北区高松原古才	かりや内科 (内科小児科) ☎250-2017 北区庭瀬	-
第4日曜 10月27日	三田医院 (内科) ☎272-7770 中区門田屋敷一丁目	ほそたにクリニック (内科) ☎251-1100 北区津島南二丁目	上南クリニック (内科小児科) ☎948-5539 東区君津	熊山診療所 (内科) ☎086-995-1251 赤磐市松木	須江内科クリニック (内科) ☎294-1001 北区横井上	西村内科 小児科医院 ☎287-6886 北区加茂	茶屋町駅前クリニック (内科小児科) ☎086-420-0007 倉敷市茶屋町	渡辺医院 (内科) ☎362-0363 南区彦崎

※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

● 問は問い合わせ先 申は申し込み先です ※申し込み先が市役所の場合は〒700-8544 北区大供一丁目1-1まで ●