

1歳6カ月児健康診査・3歳児健康診査

3月受診の対象者（1歳6カ月児健診＝平成30年8月生、3歳児健診＝平成28年8月生）に、2月末までに健診のお知らせが届きますので、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 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
3月4日	13:30～15:30	南区南保健センター	2月4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
2月21日	13:30～15:00	中区保健センター

おとなの歯のなんでも相談

月日	受付時間	場所
3月6日	13:30～15:00	歯の相談室（岡山市保健福祉会館内）

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
2月28日	13:30～15:00	南区西保健センター
3月5日	13:30～15:00	中区保健センター
3月19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
2月3日	9:30～12:30	北区中央保健センター
2月17日	13:30～16:30	東区保健センター
2月18日	13:30～16:30	北区北保健センター
2月20日	13:30～16:30	中区保健センター
2月21日	9:30～12:30	南区西保健センター
2月27日	13:30～16:30	南区南保健センター

健康のページ Healthy Life

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

卵巣嚢腫 のうしゅ について
市では6月から12月まで子宮がん検診をしています。その際、卵巣嚢腫と言われた人もいらっしゃるかもしれません。子宮の左右には、卵巣といつて女性ホルモンを分泌する臓器があります。元々は親指の頭くらいのおおきさなですが、そこが腫れてくる場合があります。液体が貯留して病気が卵巣嚢腫ですが、ほかに卵巣腫瘍、卵巣がんなどもあるため、検診で卵巣が腫れていると言われた人は、精密検査を受けることをお勧めします。

元来、卵巣は症状が出にくい沈黙の臓器といわれており、発見が遅れることがよくみられます。症状があるとしたら、月経不順や月経痛がひどくなること、不正性器出血が起こったり、時に帯下が増える、性交時の痛みがある

などして卵巣の腫れが発見されることがあります。検査としては、まず経膈超音波検査を行うことで、ある程度、良性悪性の目安はつきませんが、MRI検査、腫瘍マーカーの血液検査を行い、より確かな診断をしていきます。経膈超音波検査は1分程度、MRI検査は40分程度で終わります。

また、米国の有名な女優が遺伝性乳がん・卵巣がん症候群（HBOC）のため、予防的に乳房、卵巣を摘出したことが以前ニュースになりましたが、自分自身が乳がんになった人や身内に若くして乳がんや卵巣がんになった人がいる人は、検診をお勧めします。精密検査をして、例えば、子宮内膜症性卵巣嚢腫や卵巣出血、多嚢腫性卵巣などであれば、薬物治療ができます。ま

た、女性ホルモンのバランスがくずれて卵巣嚢腫となった場合は、バランスを整える薬物療法で正常に戻ることもあります。

奇形種や卵巣がんなどの充実性腫瘍の場合は手術治療となりますが、良性腫瘍であれば最近では体の負担が少ない腹腔鏡手術が行われます。

卵巣嚢腫は小児から高齢者まで発症する病気なので、年齢に関係なく検診を行うようにしてください。検診で指摘された場合は、必ず産婦人科または婦人科を受診して早目の対応をするようにしてください。

今後の希望テーマははがきでご連絡ください。
〒700-0835 北区東中央町3-14
岡山市医師会 診療一口メモ係

岡山市医師会

記号説明

日 日 時 期 日 期 日 期

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 他

その他

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

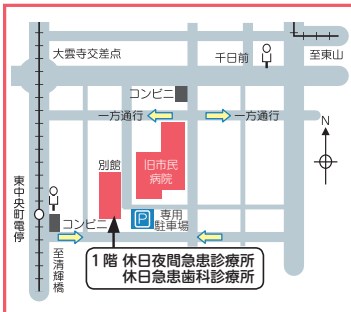
☐受付時間 ※往診はできません。
(診療は受付開始時間の30分後から)

【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12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2年2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 2月2日	ながけクリニック (内科) ☎207-6788 中区中井	にいや内科 クリニック ☎803-2189 北区北方二丁目	陽クリニック (内科小児科) ☎943-8778 東区西大寺新地	山陽クリニック (内科小児科) ☎086-955-7111 赤磐市上市	福本クリニック (内科) ☎284-8811 北区首部	田中胃腸科 (内科) ☎287-9200 北区小山	せのお病院 (内科) ☎282-1211 南区妹尾	庵谷医院 (内科) ☎086-485-0057 倉敷市林
第2日曜 2月9日	横田内科 クリニック(内科) ☎272-2202 中区国富	ふじわら内科 クリニック ☎250-8070 南区福成一丁目	藤田病院 (内科) ☎943-6555 東区西大寺上三丁目	吉井外科内科 クリニック ☎952-3331 東区瀬戸町沖	森脇内科医院 ☎253-1567 北区津高	深井医院 ☎287-2011 北区高松	平田内科医院 ☎086-429-2221 倉敷市茶屋町	さとう内科 クリニック(内科) ☎296-8822 南区藤田
祝日 2月11日	江森内科・ 循環器科 ☎275-7474 中区中井一丁目	同仁病院 (内科) ☎252-2661 北区下伊福上町	藤原内科 循環器科医院(内科) ☎942-2173 東区西大寺東三丁目	近藤内科 (内科小児科) ☎953-1610 東区瀬戸町宗堂	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	重井医学研究所 附属病院 ☎282-5311 南区山田	みやけ内科 クリニック(内科) ☎296-7778 南区藤田
第3日曜 2月16日	清野内科医院 (内科) ☎278-5535 中区雄町295-1	酒井内科小児科 (内科) ☎255-2131 北区白石西新町	井上内科 小児科医院 ☎297-9333 東区東平島	うえおか内科医院 (内科小児科) ☎952-5665 東区瀬戸町江尻	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	原田内科医院 ☎282-0318 南区妹尾	岡山光南病院 ☎282-0555 南区東畦
祝日 2月23日	戸川医院 (内科) ☎275-0705 中区高島新屋敷	たなか内科 診療所 ☎259-1551 北区田中	ふじわらクリニック 内科小児科 ☎942-3520 東区中川町	熊山診療所 (内科) ☎086-995-1251 赤磐市松木	佐藤医院 ☎722-1122 北区建部町川口	平山医院 ☎287-8464 北区平山	三宅おおふく クリニック(内科) ☎281-2020 南区大福	さとう内科 クリニック(内科) ☎296-8822 南区藤田
振替休日 2月24日	長井クリニック ☎276-2111 中区円山	いのち内科 クリニック ☎253-8000 北区大安寺東町	石井内科クリニック (内科小児科) ☎946-2030 東区神崎町	石原医院 ☎952-0162 東区瀬戸町瀬戸	難波医院 ☎294-3366 北区横井上	えばら クリニック ☎287-3300 北区加茂	重井医学研究所 附属病院 ☎282-5311 南区山田	寺沢クリニック (内科) ☎281-7211 南区東畦

※ 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 ●