

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

世界的にはほとんどの国が受動喫煙の必要となります。

喫煙者は、がん・心臓病・脳卒中・慢性閉塞性肺疾患（COPD）・肺炎・糖尿病・歯周病などの罹患率や死亡率が高くなります。また副流煙には主流煙の100倍の有害物質が含まれており、周囲の人は受動喫煙により、がん・心臓病・脳卒中・乳幼児突然死症候群などのリスクが高くなります。受動喫煙防止のためには喫煙者数の減少を図るとともにマナーの徹底が求められます。しかし喫煙者の多くはニコチン依存症の状態であり、残念ながらマナーを考へて理性的に行動できる人はかりではありません。そこで法律による規制が必要となります。

### 受動喫煙防止対策について

防止法を定めており、世界186カ国中、公衆の集まる場所（①医療施設、②大学以外の学校、③大学、④行政機関、⑤事務所、⑥飲食店、⑦バー、⑧公共交通機関）全てに屋内全面禁煙義務の法律があるのは55カ国になります。これまで日本には受動喫煙を禁止する罰則付き法規制がなく、受動喫煙防止対策に関するWHO（世界保健機関）の国別ランク付けでは最低レベルでした。厚生労働省は喫煙の健康影響に関する啓発・普及、禁煙支援マニュアルの策定・改訂、禁煙補助薬の保険適用、たばこ増税などに取り組みとともに、平成30年に健康増進法を改正し受動喫煙対策を強化しています。令和2年4

月の改正健康増進法では①～④の場所が原則屋内禁煙となり、違反すると罰則が科されることになりました。さらに東京都はオリンピック開催を視野により厳しい受動喫煙防止条例を施行しました。それでも小規模な飲食店や屋外さらには家庭内への対策はまだほとんどとられていない状況です。「望まない受動喫煙」をなくすために、今後官民一体でさらなる受動喫煙防止対策を推進することが必要です。

### 岡山市医師会

今後の希望テーマははがきで「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

新型コロナウイルスの影響により各種事業が中止になる可能性があります。随時市HPでご確認ください。

## 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＝令和元年8月生、3歳児健診＝平成29年8月生）に、2月末までに健診のお知らせが届くので、日時などを確認の上、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

## 初めての離乳食講習会

初めて離乳食を始めようとする保護者

持 親子手帳（母子健康手帳）

申 市電子申請サービスで事前申し込み 他 託児なし



月日	開催時間	場所	申込受付開始日
3月5日	各日2回開催 ①11:00～12:00	南区西保健センター	2月5日
3月19日	②14:00～15:00	北区中央保健センター	2月19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19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5日	13:30～15:00	歯の相談室（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26日	13:30～15:00	南区西保健センター
3月4日	13:30～15:00	中区保健センター
3月18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以下の人など

持 健康診査などの結果

月日	開催時間	場所
2月1日	9:30～12:30	北区中央保健センター
2月15日	13:30～16:30	東区保健センター
2月16日	13:30～16:30	北区北保健センター
2月18日	13:30～16:30	中区保健センター
2月19日	9:30～12:30	南区西保健センター
2月25日	13:30～16:30	南区南保健センター

記号説明

日 日 時

期 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 他

そ の 他

# 赤ちゃんすこやか相談 中止のお知らせ

健康づくり課母子歯科保健係 ☎086-803-1264

各会場で実施している2月・3月の赤ちゃんすこやか相談について、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止します。



## 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

※発熱を伴う場合、受診前に必ずお電話ください。

□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

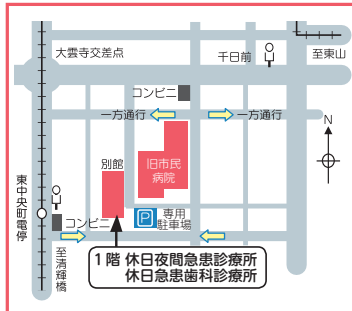
9:30~11:30、12:30~16:30、  
20:00~22:30

#### 【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

※当分の間、診療時間を午前中のみとしております。  
※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2年12月末現在）。  
市HP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いたします。

□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3年2月】

□診療時間 9時~17時 □往診はできません

☆ やむを得ない事情で当番医が変わる場合がありますので、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。

☆ あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所（内科）は、赤磐医師会病院の内部に設けられますが、運営は医師会病院ではなく医師会本体が行っているため、連絡先などお間違いのないようお気を付けてください。

☆ 発熱を伴う場合、各当番医の受診前に必ずお電話ください。

	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 2月7日	はいさ内科医院 (内科) ☎272-2593 中区門田屋敷四丁目	いのくち内科 クリニック ☎253-8000 北区大安寺東町	宇治医院 (内科) ☎942-2158 東区西大寺中三丁目	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	渡辺医院 ☎287-7232 北区吉備津	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	さとう内科 クリニック(内科) ☎296-8822 南区藤田
祝日 2月11日	内科小児科 吉岡医院 ☎275-4111 中区国府市場	たつみ内科 クリニック ☎246-6500 北区辰巳	井上内科 小児科医院 ☎297-9333 東区東平島	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所(内科) ☎086-955-0393 赤磐市下市	有森・整形外科・内科 クリニック(内科) ☎284-6188 北区西辛川	こまごえ医院 ☎724-2222 北区御津宇垣	重井医学研究所 附属病院 ☎282-5311 南区山田	庵谷医院 (内科) ☎086-485-0057 倉敷市林
第2日曜 2月14日	吉岡内科医院 (内科) ☎272-0353 中区国富	岡田メディカル クリニック(内科) ☎255-2345 北区伊福町三丁目	大西内科消化器科 医院(内科) ☎943-9191 東区益野町	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所(内科) ☎086-955-0393 赤磐市下市	山中医院 ☎724-0201 北区御津野々口	深澤内科医院 ☎284-1151 北区西辛川	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3日曜 2月21日	おかやま内科・糖尿病 健康長寿クリニック ☎272-1439 中区中納言町	せとうちクリニック (内科) ☎236-8470 北区野田三丁目	上南クリニック (内科小児科) ☎948-5539 東区君津	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所(内科) ☎086-955-0393 赤磐市下市	今井医院 ☎284-0043 北区西辛川	金川病院 ☎724-0012 北区御津金川	庭瀬ファミリー クリニック ☎903-4114 北区平野	うちおグリーン クリニック(内科) ☎282-5722 南区内尾
祝日 2月23日	高屋クリニック (内科) ☎271-0055 中区高屋	小林内科 診療所 ☎226-5022 北区青江五丁目	岡村一心堂病院 (内科) ☎942-9900 東区西大寺南二丁目	石原医院 ☎952-0162 東区瀬戸町瀬戸	黒住外科内科 ☎284-5400 北区一宮	難波医院 ☎724-0008 北区御津金川	善家循環器科 内科医院 ☎086-420-0255 倉敷市茶屋町	みやけ内科 クリニック(内科) ☎296-7778 南区藤田
第4日曜 2月28日	さとう内科 ☎275-7711 中区中井二丁目	きらめきクリニック (内科) ☎252-5358 北区下伊福一丁目	マツザキクリニック (内科) ☎944-4777 東区西大寺松崎	熊山診療所 (内科) ☎086-995-1251 赤磐市松木	大橋内科医院 ☎284-5552 北区一宮	芳賀佐山 診療所 ☎284-7272 北区芳賀	赤司整形 外科医院 ☎293-3557 北区平野	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 ● 31

注目

スポーツほか

情報のひろば

相談

施設ガイド

健康