

# 健康のページ

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

- 感染症対策課／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（岡山市保健福祉社会館内） ☎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

### 薬局に薬がない！？

#### 岡山市薬剤師会

最近、風邪で病院を受診して薬局で薬をもらおうとしたら、「薬がない」とか「薬の日数を短くしてもらっていいですか？」と言われたことはないですか？

新型コロナの蔓延以来、薬不足はいったん落ち着きましたが、数カ月前から再び、特に咳止めや痰を出しやすくする薬の不足が続いています。

その理由として

#### ①咳止めや痰切りを必要とする疾患が増加している

新型コロナの蔓延だけでなく、例年、1・2月に流行するインフルエンザが、去年は早い時期から流行して感染者数が急増し、同時にアデノウイルスなど様々な咳を伴う感染症が流行しています。そのため、全体的に咳止めの需要が高まり、薬の供給が追い付かなくなっているのです。

#### ②ジェネリック医薬品メーカーの不祥事問題で、生産量が減っている

2020年年末から相次いだ、ジェネリック医薬品（後発薬）メーカーの不祥事も原因の1つとされています。国が「査察」を徹底した結果、多くのジェネリック医薬品メーカーで続々と製造上の不正が発覚し、現在までに十数社が業務停止などの行政処分を受けています。その中にはいわゆる「大手」の会社も含まれており、そのため咳止め、痰切りの生産量が大きく減少しました。

薬局でもなんとか在庫を確保する努力をしていますが、いつもと同じ咳止め、痰切りを準備できない場合もあり、その場合はよく似た働きのお薬で対処させて頂く場合があります。その際は、飲み方、飲む個数が変わることがありますので、よく確認して飲むようお願いいたします。

## 1歳6カ月児健康診査・3歳児健康診査

5月受診の対象者（1歳6カ月児健診＝令和4年10月生、3歳児健診＝令和2年10月生）に、4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

対 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 HP掲載の予約システムで事前申し込み

他 託児なし



月日	開催時間	場所	申込受付開始日
5月10日	各日2回開催 ①11:00～12:00 ②14:00～15:00	中区保健センター	4月10日
5月17日		北区北保健センター	4月17日
5月21日		東区保健センター	4月21日

## 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。※医療機関を受診している人はご遠慮ください。ご家族の相談も可能。日程が変更になることがあります。

月日	相談時間	場所
5月9日	13:30～15:00	中区保健センター
5月21日	13:30～15:00	南区南保健センター
5月23日	13:30～15:00	北区北保健センター
5月24日	13:30～15:00	南区西保健センター

## 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
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

問感染症対策課 ☎086-803-1262

### ◆麻しん・風しん予防接種

I期対象者は生後12カ月～24カ月未満の人。II期対象者は、平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれの人。それぞれ1回接種。

### ◆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、以下に該当する人には特例措置あり。

### 平成19年4月1日以前生まれの人で20歳未満の人

日本脳炎予防接種I期およびII期の不足分（1～4回）を接種可能。※7歳6カ月～9歳未満の間は接種できません。※他にもさまざまな定期予防接種があり、それぞれ対象年齢や回数が決まっています。各予防接種の接種時期がきたら、予防接種手帳、親子手帳（母子健康手帳）を持参し、協力医療機関で接種してください。

## 子宮頸がん（HPV）ワクチンについて

問感染症対策課 ☎086-803-1262

子宮頸がんを予防するため、HPVワクチンの接種をお勧めしています。3回の接種を終えるためには、おおむね6カ月を要しますので、計画的に接種してください。

### 定期予防接種

対小学6年生～高校1年生相当の女子

持親子（母子）手帳、予防接種手帳

### キャッチアップ接種

対平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれの女性で、過去にHPVワクチンの接種（合計3回）を受け終えていない人  
※受け終えていない回数のみが対象となります。

接種費用 無料

※いずれの接種対象者も、接種前に必ず医療機関へお問い合わせの上、必要に応じて予約などを取ってください。

## パパママも安心！赤ちゃん相談

問健康づくり課母子歯科保健係 ☎086-803-1264

対1歳未満の乳児の保護者

### ◆さんさん育児相談（来所型）

日頃の子育てで気になることについて、保健師・助産師が相談に応じます。各会場にて身長・体重の計測を行い、授乳や離乳食、発育・発達についてアドバイスを受けることができます。持親子手帳、バスタオル 申☎で（予約優先）

### ◆オンライン育児相談

自宅などからスマートフォンやパソコンのZoomを使ったビデオ通話で、子どもや保護者の様子を見ながら保健師・助産師が相談に応じます。子育ての悩みや不安など、お気軽にご相談ください。申☎で



## 高齢者肺炎球菌予防接種

問感染症対策課 ☎086-803-1262

高齢者などを対象とした肺炎球菌の定期予防接種を実施します。法的な接種義務はないので、本人が希望する場合のみ接種を受けてください。

対過去に自費・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に該当する岡山市民

①接種当日に満65歳の人

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 通年

実施医療機関 市内の各協力医療機関（詳細は「けんしん・予防接種ガイド」または市HP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、直接医療機関へ確認する必要があります。

持参物 対象①の人は住所、氏名、生年月日が分かる本人確認書類（健康保険被保険者証など）。対象②の人は本人確認書類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 3,670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。

受付期間 65歳になる月の前月から66歳になる日の前日まで

### 【市民税非課税世帯の人】

助成券の利用により、自己負担額1,830円

申請先 同課、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 同課、各福祉事務所

※ただし、対象②の人は、いずれも同課に申請してください。※同課では助成券・無料券ともに電話での受付もしています。

## 成人男性への風しん定期予防接種

問感染症対策課 ☎086-803-1262

風しんの予防接種をする機会がなかった年代の人を対象とした風しん定期予防接種を実施します。

対接種日に市内に住民登録があり、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

※過去にお手元に届いた有効期限切れのクーポンも使用可能です。クーポンの再発行もできますので、お問い合わせください。

(広告)

※広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。岡山市が推奨等をするものではありません。

(広告)

**庭木1本から承ります!**

お約束 庭木1本より明瞭料金 土日でもOKです トイレはお借りしません お茶はご遠慮します 見積無料

生垣の剪定 (長さ1m高さ2m) 通常2,200円を ※4/1よりスタート! 先着10名様 **1,100円!** (※税別)

はかばかのお庭サービス **ガーデンエクスプレス**

岡山東区店 岡山市東区西大寺東3-4 営業時間 9:00~17:00  
岡山中区店 岡山市中区江並41

お見積り・お問い合わせは **お電話** もしくは **2次元コード** から ☎ **0120-61-4128**

**秘密厳守 即現金化**

お気軽にご相談ください!

**不動産の売却は タークス不動産にお任せ!!**

代表取締役 三井 崇敬

**自社買取強化中!!** 査定はこちらから!

買取 売買仲介 リースバック 住み替え 離婚 相続

ローンが払えない... など 豊富な経験と実績でお悩みにお応え!!

株式会社 タークス不動産 岡山県知事(1)第6009号 〒700-0936岡山市北区富田413-4  
TEL. **086-230-5231** FAX.086-230-5234

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

# 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  
 9:30~11:30

※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）

次表のとおり（令和6年2月末現在）  
 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 土曜

18:00~翌朝8:00

日曜、祝日、年末年始

8:00~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6年4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・灘崎 ※3
第1日曜 4月7日	三田医院 （内科） ☎272-7770 中区門田屋敷一丁目	まつお内科 クリニック ☎246-2323 北区上中野一丁目	井上内科 小児科医院 ☎297-9333 東区東平島	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	中山医院 （内科） ☎299-0005 北区西山内	野崎医院 （内科小児科） ☎292-0101 北区庭瀬	みやけ内科 クリニック（内科） ☎296-7778 南区藤田
第2日曜 4月14日	原おとな子ども クリニック（内科） ☎277-8233 中区藤崎	尾上内科・ 循環器内科医院 ☎238-1080 北区久米	渡辺内科 （内科） ☎942-2124 東区西大寺中野	栗井内科医院 ☎953-0617 東区瀬戸町万富	芳賀佐山 診療所 ☎284-7272 北区芳賀	せのお病院 （内科） ☎282-1211 南区妹尾	渡辺医院 （内科） ☎362-0363 南区彦崎
第3日曜 4月21日	内科小児科 吉岡医院 ☎275-4111 中区国府市場	藤本循環器内科 クリニック ☎222-1505 北区北方一丁目	宇治医院 （内科） ☎942-2158 東区西大寺中三丁目	うえの内科小児科 医院（内科小児科） ☎086-956-0505 赤磐市桜が丘西	木村医院 ☎295-0010 北区大井	善家循環器科 内科医院 ☎086-420-0255 倉敷市茶屋町	あいあいえん 診療所（内科） ☎086-470-2000 倉敷市串田
第4日曜 4月28日	吉岡内科医院 （内科） ☎272-0353 中区国富	岡山みなみ クリニック ☎250-5882 南区浜野二丁目	大上クリニック （内科） ☎297-3535 東区東平島	熊山診療所 （内科） ☎086-995-1251 赤磐市松木	大守クリニック ☎284-2777 北区檜津	林内科 小児科医院 ☎282-2626 南区大福	さとう内科 クリニック（内科） ☎296-8822 南区藤田
祝日 4月29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	にいや内科 クリニック ☎803-2189 北区北方二丁目	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	井上医院 ☎295-0014 北区大井	そうしんクリニック 茶屋町 ☎086-428-9000 倉敷市茶屋町	葵クリニック （内科） ☎728-0008 南区藤田

※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