

健康のページ

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

- 感染症対策課／企画調整係 ☎ 086-803-1262
感染症対策係 ☎ 086-803-1290
- 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

「RSウイルス感染症」について 知っていますか？

岡山市医師会

「RSウイルス感染症」は1歳になるまでに半分以上、2～3歳までにほとんど全員がかかり、生涯再感染を繰り返すといわれている呼吸器感染症です。幼児以降の再感染時は鼻かぜ程度の症状で終わることがありますが、赤ちゃんがかかると、呼吸が苦しくなる重い症状（細気管支炎や肺炎など）になることがあります。注意が必要です。

毎年寒い時期によく流行していましたが、最近では8月末ごろから流行が始まり、一年中見られるようになっています。

RSウイルスに特効薬はありません。もちろん抗生物質も効きません。治療は対症療法のみです。

主な感染経路は飛沫感染や接触感染です。予防には他の感染症と同様、咳工チケット、手洗い、うがいが大切です。

重症化を防ぐため、早産や心臓の病気を持つ赤ちゃんには、抗体製剤の注射が行われています。最近では、妊婦さんが接種すると、その抗体が赤ちゃんに届き、生まれた後の赤ちゃんを守ってくれるワクチンも使えるようになりました。

また、小さい子どもだけでなく、呼吸器の病気のある高齢者にも重症肺炎を起こすといわれており、注意が必要です。妊婦さんだけでなく、60歳以上の高齢者や、50歳以上で呼吸器の病気がある人にも使えるワクチンがあります。ぜひ、かかりつけ医にご相談ください。

1歳6ヶ月児健康診査・3歳児健康診査

3月受診の対象者（1歳6ヶ月児健診＝令和6年8月生、3歳児健診＝令和4年8月生）に、2月末までに健診のお知らせが届きます。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ヶ月児
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で事前に他託児なし



月 日	開催時間	場 所	申込受付開始日
3月4日	各日2回開催 ①11:00～12:00	北区中央保健センター	2月4日
	②14:00～15:00	中区保健センター	2月13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。ご家族の相談也可能。

月 日	相談時間	場 所
2月20日	13:30～15:00	中区保健センター
2月27日	13:30～15:00	南区西保健センター
3月5日	13:30～15:00	東区保健センター

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	時 間	場 所
2月2日	9:30～12:30	北区中央保健センター
2月16日	13:30～16:30	東区保健センター
2月17日	13:30～16:30	北区北保健センター
2月19日	13:30～16:30	中区保健センター
2月20日	9:30～12:30	南区西保健センター
2月26日	13:30～16:30	南区南保健センター

パパママも安心！赤ちゃん相談

問申健康づくり課 ☎ 086-803-1264

対1歳未満の子どもの保護者



◆さんさん育児相談（予約優先）

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られます。実施日時、予約方法などの詳細は、HPをご確認ください。

持親子手帳・バスタオル

◆オンライン育児相談（要予約）

自宅などからスマートフォンやパソコンを使ったビデオ通話で、妊娠中や子育て中の人の相談に保健師・助産師が応じます。出産や産後のこと、子育ての悩みや不安などご相談ください。実施日時、予約方法などの詳細は、HPをご確認ください。

記号説明

F ファクス

D ディレクタ

時 時間

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

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

◇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

◇受付時間 日曜、祝日、年末年始 9:30~11:30、13:00~15:00

※急患に限ります。予約・往診はできません。



▶救急医療電話相談

医療機関に受診するかどうか迷った際、看護師などが電話で相談に応じ、適切な助言を行います。

【おとな】 ☎#7119 または ☎086-222-7119

【こども】 ☎#8000 または ☎086-801-0018
(15歳以下)

◇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8年2月】 診療時間 9時~17時（休憩時間12時~13時）

・やむを得ない事情で当番医がかわる場合がありますので、受診の前にご確認ください。

・「小児科」受診の際は、事前に各当番医へ受診可能かご確認ください。

・休憩時間は診療の状況に応じて変わる場合があります。往診はできません。

詳細はこちら▶



	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1日	鈴木内科医院 ☎273-0101 中区門田屋敷 三丁目	三戸内科医院 (内科小児科) ☎229-3331 北区牟佐	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	難波医院 ☎724-0008 北区御津金川	岡山水清会病院 ☎293-3355 北区西花尻	あいあいえん 診療所 (内科) ☎086-470-2000 倉敷市串田
第2日曜 2月8日	庄医院 (内科) ☎277-0270 中区山崎	西下内科医院 ☎253-8131 北区津島西坂 一丁目	すどうクリニック (内科) ☎942-3890 東区西大寺中野	栗井内科医院 ☎953-0617 東区瀬戸町万富	大橋内科医院 ☎284-5552 北区一宮	三宅おおふく クリニック (内科) ☎281-2020 南区大福	渡辺医院 (内科) ☎362-0363 南区彦崎
祝日 2月11日	三田医院 (内科) ☎272-7770 中区門田屋敷 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	マツザキ クリニック (内科) ☎944-4777 東区西大寺松崎	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	山中医院 ☎724-0201 北区御津野々口	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15日	原おとなこども クリニック (内科) ☎277-8233 中区藤崎	岡内科医院 (内科) ☎265-5811 南区浦安本町	渡辺内科 (内科) ☎942-2124 東区西大寺中野	石原医院 ☎952-0162 東区瀬戸町瀬戸	サンノゼの丘 クリニック (内科) ☎286-0888 北区芳賀	にしがわ診療所 ☎239-2450 北区中撫川	さとう内科 クリニック (内科) ☎296-8822 南区藤田
第4日曜 2月22日	内科小児科 吉岡医院 ☎275-4111 中区国府市場	あんどう内科 クリニック (内科) ☎244-1000 北区野田一丁目	藤原内科 循環器科医院 (内科) ☎942-2173 東区西大寺東 三丁目	熊山診療所 (内科) ☎086-995-1251 赤磐市松木	金川病院 (内科) ☎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	岡山光南病院 ☎282-0555 南区東畠
祝日 2月23日	吉岡内科医院 (内科) ☎272-0353 中区国富	渕本医院 (内科) ☎241-9484 北区西古松二丁目	野口医院 (内科小児科) ☎943-5131 東区可知二丁目	あかいわ瀬戸 休日夜間急患診療所 (内科)※4 ☎086-955-0393 赤磐市下市	中山医院 (内科) ☎299-0005 北区西山内	すぎはら眼科・ 循環器科内科 ☎086-428-2868 倉敷市茶屋町	須田外科 内科医院 ☎362-3221 南区西紅陽台 三丁目

*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

*4 赤磐医師会病院内に設置されていますが、運営は医師会本体です。連絡先にご注意ください。