

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

1歳6カ月児健康診査・3歳児健康診査

8月受診（御津・建部地区の人は9月受診）の対象者（1歳6カ月児健診＝令和7年1月生、3歳児健診＝令和5年1月生）に、7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
- ☑ 親子手帳（母子健康手帳）
- ☑ HPで事前に ☑ 託児なし



月日	開催時間	場所	申込受付開始日
8月4日	各日2回開催 ①11:00～12:00 ②14:00～15:00	南区南保健センター	7月4日



診療 一口メモ

健康ちょっといい話

まだまだある花粉症

岡山市内医師会連合会

皆さま、今年のスギ花粉のシーズンは無事に乗り切れましたか？

花粉症は、くしゃみ・鼻水・鼻づまり・目のかゆみ・皮膚のかゆみなどを引き起こす、草木の花粉が原因のアレルギー疾患です。昨年の統計では、日本人の48%が何らかのアレルギー疾患を有しており、その半数以上を花粉症が占めています。

3月から4月のスギやヒノキの花粉症が最も有名ですが、実はほかにもさまざまな花粉で症状が起こります。

4～5月にはシラカバの花粉が飛散します。ゴルフ場の周りによく植えられているハンノキも同じ仲間です。スギ花粉症がきっかけで北海道へ転居したものの、5年ほどでシラカバアレルギーを発症した、という例もあります。シラカバにアレルギーがある方は、バラ科の果物を食べたときに口の中がイガイガすることがあります。シラカバの多い北欧では、7割ほどの人が生のリンゴやイチゴを食べられないといわれています（加熱すれば食べられることが多いです）。

秋になると、イネ科やキク科など、草の花粉による花粉症がみられます。そのほかにも、イチゴ農園で働く方のイチゴ花粉症や、オリーブ園でのオリーブ花粉症など、挙げればきりがありません。

何の花粉が原因か特定できなくても、症状が出た日をカレンダーにチェックしておくこと、翌年はその少し前から治療を始めることで、症状を軽く抑えられることがあります。自分に合った薬を適切な時期から使い、花粉のシーズンを上手に乗り切りましょう。

こころの健康相談

こころの健康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。

月日	相談時間	場所
7月23日	13:30～15:00	北区北保健センター
8月13日	13:30～15:00	北区中央保健センター
8月14日	13:30～15:00	中区保健センター

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。

- ☑ 市内在住の65歳以上でBMI20以下の人など
- ☑ 健康診査などの結果

月日	時間	場所
7月6日	9:30～12:30	北区中央保健センター
7月13日	13:30～16:30	東区保健センター
7月16日	12:30～15:30	中区保健センター
7月17日	9:30～12:30	南区西保健センター
7月21日	13:30～16:30	北区北保健センター
7月23日	13:30～16:30	南区南保健センター

市民公開講座「^{すいぞう}知ってほしい膵臓がんのこと」

問岡山大学消化器内科 ☎086-235-7219

日7月8日(水)14時～15時30分

場イオンモール岡山5階おかやま未来ホール（北区下石井一丁目）

内膵臓がんのリスク、検査、治療について

定200人



集団検診での感染対策にご協力ください

- ・発熱などの体調不良がある場合は来場をご遠慮ください。
- ・来場前の体温測定・来場時のマスク着用をお願いします。

胃がん集団検診

対50歳以上（昭和52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度胃がん検診を受けていない人



※高齢者、内視鏡検査を希望する人、持病のある人は個別検診（医療機関実施）を受けてください。特に、ピロリ菌検査で陽性を指摘されたことのある人（除菌治療後を含む）や内視鏡検査を受けたことがない人は、胃内視鏡検査を受けてください。

¥70歳未満（昭和32年4月2日以後生まれ）1,050円、70歳以上（昭和32年4月1日以前生まれ）500円
※65～69歳で、後期高齢者医療保険に加入していることが分かる書類を提示した人は500円。
「無料券」持参者は無料。

対本人確認書類、胃がん検診票、検診料金または無料券

他食事（固形物）は前日の22時までに済ませ、検診当日は絶飲食・禁煙で来場ください。注意事項などの詳細はHPをご確認ください。

地区	月日	受付時間	場所
竜之口	7月7日	7:30～8:30	竜之口コミュニティハウス

結核・肺がん集団検診

対40歳以上（昭和62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）

¥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制度に加入していることが分かる書類（資格確認書など）持参者は200円、無料券持参者は無料）

対結核・肺がん検診票、本人確認書類

地区	月日	受付時間	場所
曾根	7月24日	9:00～9:40	曾根小学校
		10:00～10:20	（株）山陽米肥 広場
陵南	7月24日	11:10～11:40	陵南小学校 正門内
三勲	7月24日	13:30～14:00	岡大附属小学校 正門内

風しん予防対策

問申感染症対策課 ☎086-803-1262

◆妊娠希望者などへの風しん予防対策

胎児が先天性風しん症候群（心臓病、白内障、聴力障害など）を持って生まれるのを防ぐため、次の取り組みを行っています。



回令和9年3月31日まで

◆抗体検査（無料）

対検査日に市に住民登録があり①～③のいずれかに該当する人

①妊娠を希望する女性

②①の配偶者などの同居者

③風しん抗体価の低い妊婦の配偶者などの同居者

※ただし、過去に風しんの抗体検査を受け、十分な抗体があるため予防接種が不要と判定された人は対象外。

回数1人につき1回

実施機関 県内の契約医療機関（詳細はHPで）

◆予防接種

対過去に当事業による助成を受けたことがない人のうち、接種日に市に住民登録があり、①②のいずれかに該当する人

①妊娠を希望する風しん抗体価の低い女性

②①または風しん抗体価の低い妊婦のパートナーで、風しん抗体価の低い男性

助成金額

▶麻しん・風しん混合（MR）ワクチンを接種した場合 7,000円（上限額）

▶風しんワクチンを接種した場合、4,000円（上限額）

回数1人につき1回

申請書（同課で配布、HPからも入手可）および添付書類を提出（詳細はHPで）

麻しん風しんワクチンの接種期間延長に関して

問申感染症対策課 ☎086-803-1262

一部のメーカーの麻しん風しんワクチンの不足により、接種対象期間内に接種を受けられないと見込まれる人に対して、接種期間を2年延長しています。



対次の①～③のいずれかに該当する人

①令和4年4月2日～令和5年4月1日生まれの人

②平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれの人

③昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性で令和6年度までに抗体検査を実施した結果、風しんの抗体が不十分だった人

回令和9年3月31日まで

回数1人につき1回

申請書（同課で配布、HPからも入手可）および添付書類を提出（詳細はHPで）

記号説明

F II ファクス

日 II 日程

時 II 時間

場 II 場所

内 II 内容

講 II 講師

対 II 対象

定 II 定員

¥ II 費用など

持 II 持参品

申 II 申込

他 II 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、13:00~14:30
※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

医療機関を受診するか迷った際、看護師などが電話で助言を行います。

【おとな】☎#7119 または ☎086-222-7119

◇受付時間 24時間365日（7月から拡大）

【こども】☎#8000 または ☎086-801-0018

◇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7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変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をご確認ください。
- ・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 7月5日	内科小児科 吉岡医院 (内科) ☎086-275-4111 中区国府市場	福島内科医院 ☎086-255-1281 北区清心町	野口医院 (内科小児科) ☎086-943-5131 東区可知二丁目	岩藤胃腸科外科 歯科クリニック ☎086-952-1166 東区瀬戸町沖	山谷医院 (内科) ☎086-294-2987 北区吉宗	せのお病院 (内科) ☎086-282-1211 南区妹尾	さとう内科 クリニック (内科) ☎086-296-8822 南区藤田
第2日曜 7月12日	吉岡内科医院 (内科) ☎086-272-0353 中区国富	のなか内科腎 診療所 (内科) ☎086-253-5173 北区野殿東町	宇治医院 (内科) ☎086-942-2158 東区西大寺中 三丁目	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科)※4 ☎086-955-0393 赤磐市下市	今井医院 ☎086-284-0043 北区西辛川	重井医学研究所 附属病院 ☎086-282-5311 南区山田	岡山光南病院 ☎086-282-0555 南区東畦
第3日曜 7月19日	おかやま内科 糖尿病・健康長寿 クリニック ☎086-272-1439 中区中納言町	三戸内科医院 ☎086-229-3331 北区牟佐	岡村一心堂病院 (内科) ☎086-942-9900 東区西大寺南 二丁目	吉井外科内科 クリニック ☎086-952-3331 東区瀬戸町沖	坂野内科医院 ☎086-294-5025 北区吉宗	南岡山 医療センター (内科) ☎086-482-1121 早島町早島	須田外科 内科医院 ☎086-362-3221 南区西紅陽台 三丁目
祝日 7月20日	高屋クリニック (内科) ☎086-271-0055 中区高屋	西下内科医院 ☎086-253-8131 北区津島西坂 一丁目	コープ西大寺 診療所 (内科) ☎086-944-0088 東区西大寺中 二丁目	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科)※4 ☎086-955-0393 赤磐市下市	マスカット内科 クリニック (内科) ☎086-294-7111 北区菅野	善家循環器科 内科医院 ☎086-420-0255 倉敷市茶屋町	寺沢クリニック (内科) ☎086-281-7211 南区東畦
第4日曜 7月26日	さつき内科 クリニック ☎086-206-1351 中区西川原	しげとし内科 小児科医院 (内科小児科) ☎086-222-2627 南区新保	藤田病院 (内科) ☎086-943-6555 東区西大寺上 三丁目	熊山診療所 (内科) ☎086-995-1251 赤磐市松木	黒住外科内科 ☎086-284-5400 北区一宮	木下医院 せのお駅前 ☎086-282-1188 南区東畦	さとう内科 クリニック (内科) ☎086-296-8822 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
※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。