

## 健康のページ

総合保健福祉センター ☎86-0900  
 吉川健康福祉センター ☎72-2210

### 健診 対象者には10日前までに案内文を送付

#### 乳児集団健康診査

日 5月29日(水) 受付は午後0時30分～2時  
 場 総合保健福祉センター  
 対 平成31年1月生まれ  
 (平成30年12月生まれも受けられます)  
 次回の予定 6月26日(水)



#### 1歳6カ月児健康診査

日 5月23日(木) 受付は午後0時30分～2時  
 場 総合保健福祉センター  
 対 平成29年10月生まれ 次回の予定 6月13日(木)

#### 3歳児健康診査

日 5月24日(金) 受付は午後0時30分～2時  
 場 総合保健福祉センター  
 対 平成28年4月生まれ 次回の予定 6月14日(金)

## 母子

### 母子健康手帳の交付・妊婦健康診査費の助成

対 妊婦  
 持 領収書原本、印鑑、振込先の通帳、マイナンバーが確認できるもの、運転免許証などの本人確認ができるもの  
 母子健康手帳の交付と同時に妊婦健康診査費の助成申請も受付します。

### Enjoyマタニティ教室（リラクゼーションコース）

日 5月30日(木) 午前10時～11時30分  
 場 総合保健福祉センター  
 対 市内に住民登録のある妊婦で、主治医より安静指示が出ていない妊娠経過が安定している方  
 持 母子健康手帳、バスタオル 申 ☎86-0900【要予約】

### 離乳食クッキング

日 5月10日(金) 午前10時～午後0時30分  
 場 総合保健福祉センター  
 対 市内に住民登録のある乳児の保護者 費 200円  
 持 母子健康手帳、エプロン 託 12名  
 申 ☎86-0900【要予約】 次回の予定 7月26日(金)

### 小児救急医療電話相談

子どもの急な病気やけがなど気軽に相談してください。  
 看護師などが相談に応じます。

### 北播磨圏域子ども医療電話相談

午後6時～10時（祝日・年末年始を除く）☎62-1371

### 兵庫県子ども医療電話相談

月～土曜 午後6時～翌日午前8時  
 日曜・祝日・年末年始 午前8時～翌日午前8時  
 プッシュフォン・携帯電話・スマートフォン ☎#8000  
 ダイヤル回線・IP電話 ☎078-304-8899



## 相談

### 妊産婦・乳幼児健康相談

身体測定や育児・栄養・歯科などの相談  
 日 5月9日(木) 午後1時30分～2時30分  
 場・問 吉川健康福祉センター

### 乳幼児発達専門相談（すこやか相談）

子どもの言葉や発達・行動面の相談  
 日 5月14日(火)、22日(水) 午後1時～3時  
 申 ☎【要申込】 場・問 総合保健福祉センター

### 成人保健相談

医師・保健師・栄養士による相談、血圧測定、尿検査、血液検査（申 ☎ 費 1,000円）など  
 日 ①5月8日(水) 午後2時～3時30分  
 ②5月28日(火) 午後1時30分～3時  
 場・問 ①吉川健康福祉センター ②総合保健福祉センター

### 歯と口の健康相談

歯科医師による健診・相談と歯科衛生士によるブラッシング指導  
 日 5月28日(火) 午後1時30分～3時  
 場・問 総合保健福祉センター

### 不妊・不育専門相談

妊娠しても流産を繰り返す習慣流産「不育症」に関すること

電話相談 ☎078-360-1388

日 5月18日(土) 午前10時～午後4時

面接相談【要申込】

日 ①5月11日(土) ②5月22日(水) 午後2時～5時

③6月4日(火) 午後2時～3時

場 ①②(県)男女共同参画センター

③兵庫医科大学病院内

期 原則面談日の5日前まで 申 ☎078-362-3250

### 男性不妊専門相談

日 6月5日(水) 午後3時～5時

場 申込時にお伝えします

期 原則面談日の5日前まで

申 ☎078-362-3250【要申込】

## その他

### ファースト講習会（体力測定室の会員登録）

日 5月31日(金) 午後6時30分～9時30分

場 総合保健福祉センター

対 16歳以上 期 5月27日(月)まで

費 1,600円（登録証代込）

持 運動ができる服装、室内用運動靴、タオル、飲料

申 ☎86-0900【要予約】

定 16名



スマートフォン専用QRコード

### 6月から「新たなステージに入ったがん検診」を実施

対象者の方には5月末に無料クーポン券を送付します

#### 対 ▼子宮頸がん検診

平成10年4月2日～11年4月1日生まれの女性

#### ▼乳がん検診

昭和53年4月2日～54年4月1日生まれの女性

問 総合保健福祉センター ☎86-0900

## 休日当番医・小児科救急当番医・休日歯科診療

当番医および診療科目は変更する場合がありますので、当日の新聞または事前に医療機関へ確認してください。緊急時のみ利用してください。

休日当番医 日 午前9時～正午、午後1時～5時（受付：午後4時30分まで）  
 小児科救急当番医 日・火・木曜 午後6時30分～9時30分（受付：午後9時まで）  
 休日歯科診療 日 午前9時～正午（受付：午前11時30分まで）  
 場 休日歯科診療所（総合保健福祉センター内）☎86-0903 持 健康保険証



日	月	火	水	木	金	土
【内】内科 【小】小児科 【外】外科 【整】整形外科 【循内】循環器内科 【ア】アレルギー科 【呼内】呼吸器内科 【眼】眼科 【小神】小児神経科 【リウ】リウマチ科 【皮】皮膚科 【肝内】肝臓内科 【消】消化器科 【耳】耳鼻咽喉科	1 歯 休日歯科診療 【内】山本医院 緑が丘町本町1丁目 ☎84-1755 【整】岡田整形外科 志染町東自由が丘2丁目 ☎89-8440	2 歯 休日歯科診療 【内】谷口クリニック 緑が丘町東2丁目 ☎84-2000 【整・リウ】山口整形外科 大村 ☎82-2266	3 歯 休日歯科診療 【小】小島医院 末広1丁目 ☎82-1057 【皮】塚本皮膚科 平田 ☎82-1714	4 歯 休日歯科診療 【内・消・肝内】池田クリニック 末広2丁目 ☎86-7207 【整・外】高矢整形外科医院 志染町吉田 ☎83-8939		
5 歯 休日歯科診療 【内・小】島田医院 本町1丁目 ☎82-1046 【耳】こじま耳鼻咽喉科 末広1丁目 ☎83-8350	6 歯 休日歯科診療 【内・循内・呼内】かとう内科クリニック 本町3丁目 ☎82-8022 【整・リウ】夢愛クリニック 志染町西自由が丘1丁目 ☎84-3739	7 藤本クリニック 緑が丘町西2丁目 ☎85-6262	8	9 かわい子どもクリニック 志染町中自由が丘1丁目 ☎85-8466	10	11
12 歯 休日歯科診療 【内・循内・呼内】ふじた内科医院 志染町西自由が丘1丁目 ☎89-8155 【循内】ときわ病院 志染町広野5丁目 ☎85-2304	13	14 小児科神沢クリニック 福井3丁目 ☎83-5950	15	16 藤本クリニック 緑が丘町西2丁目 ☎85-6262	17	18
19 歯 休日歯科診療 【小・ア・小神】小児科神沢クリニック 福井3丁目 ☎83-5950 【外】吉川病院 吉川町福田 ☎72-0063	20	21 宮崎小児科内科医院 大村 ☎82-2131	22	23 小児科神沢クリニック 福井3丁目 ☎83-5950	24	25
26 歯 休日歯科診療 【内・整・外】三木山陽病院 志染町吉田 ☎85-3061 【眼】内箇眼科医院 緑が丘町東1丁目 ☎84-0235	27	28 小島医院 末広1丁目 ☎82-1057	29	30 かわい子どもクリニック 志染町中自由が丘1丁目 ☎85-8466	31	

## 「口腔がん」について知っておきましょう

お口の中にもがんができることを聞いてびっくりされる人も多いようです。口腔のがんはすべてのがんの中の2～3%と希少ながんですが、近年西欧に比べて日本での罹患率は増加しており、年間の罹患数は800人以上になっています。

がんは口腔内のどの部位にもできますが、舌が一番多く全体の約40%、次に歯肉（歯ぐき）、口腔底（舌の下面）、頬粘膜（ほっぺたの内側）、口蓋（上あごの面）の順になっています。好発年齢は60歳代ですが、若年者での罹患率増加がみられるようになってきています。口腔がんも他のがんと同じように周囲の組織に浸潤したり、リンパ節や他の臓器に転移し生命を危険にさらすこともあります。

視診では白色や赤色のことが多く、表面がへこんで潰瘍ができたり、膨隆していたりとさまざまです。触診ではしこりのような硬さを感じます。同じ箇所の口内炎が2週間以上治らない場合や、大きくなってきたような場合はかかりつけの歯科医院にご相談ください。また、三木市では平成24年から三木市歯科医師会の要請に応じて「口腔がん検診」を実施しています。兵庫県下で実施している市町村はまだ少なく、三木市が先進的に取り組んで実施している事業です。

口腔がんのステージⅠでの5年生存率は90%以上ですので、早期発見が最良の治療法と言えます。口腔がん検診についてのお問い合わせは三木市健康増進課までどうぞ。

歯科医師会から  
 問 ☎86-1622