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 6月26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2月生まれ
（平成31年1月生まれも受けられます）
次回の予定　7月24日(水)

1歳6カ月児健康診査

日 6月13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11月生まれ　次回の予定　7月11日(木)

3歳児健康診査

日 6月14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5月生まれ　次回の予定　7月12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。

乳房管理指導等における費用の助成

対 産後12カ月までの母親（申請の受付は14カ月まで）
持 母子健康手帳、領収書原本、印鑑、振込先の通帳

Enjoyマタニティ教室（クッキングコース）

日 6月11日(火)　午前10時〜午後0時30分
対 市内に住民登録のある妊婦と家族
費 200円
持 母子健康手帳、エプロン
申 ☎【要予約】
場・問 総合保健福祉センター

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 6月10日(月)　午前10時〜11時30分
場・問 総合保健福祉センター

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 6月5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 ①6月12日(水)　午後2時〜3時30分
②6月25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

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 6月1日(土)、15日(土)　午前10時〜午後4時

面接相談【要申込】
日 ①6月4日(火)　②7月2日(火)　午後2時〜3時
③6月8日(土)　午後2時〜5時
場 ①②兵庫医科大学病院内
③(県)男女共同参画センター
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)、7月3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 6月27日(木)　午後1時30分〜4時30分
対 16歳以上　期 6月21日(金)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 ☎ 【要予約】　定 先 16名
場・問 総合保健福祉センター

スマートフォン専用QRコード

「高齢者よい歯のコンクール」参加者募集

日 7月7日(日)　午前10時〜正午
場 総合保健福祉センター
対「歯と口の健康展」に参加できる75歳以上で自分の歯が20本以上あり、過去に最優秀賞を受賞していない方
問・申 (市)健康増進課(総合保健福祉センター内)　☎86−0900

食と健康ボランティア養成講座

日 7月〜令和2年1月（火曜　全13回）
場 県社総合庁舎（加東市社）
対 食を通した健康づくりに関心のある方
内 栄養の基礎知識や暮らしの中の衛生など
費 テキスト代、実習材料費
定 先 30名程度
問・申 ・(県)加東健康福祉事務所　健康管理課　☎0795−42−9365
・(市)健康増進課(総合保健福祉センター内)　☎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
						1
2 休日歯科診療 【内・消内・放】中西医院 志染町広野1丁目　☎85-1646 【外・脳外・整】服部病院 大塚　☎82-2550	3	4 宮崎小児科内科医院 大村 ☎82-2131	5	6 藤本クリニック 緑が丘町西2丁目 ☎85-6262	7	8
9 休日歯科診療 【内】私立口吉川診療所 口吉川町笹原　☎88-2066 【外・脳外・整】服部病院 大塚　☎82-2550	10	11 かわい子どもクリニック 志染町中自由が丘1丁目 ☎85-8466	12	13 小児科神沢クリニック 福井3丁目 ☎83-5950	14	15
16 休日歯科診療 【内・小】神沢医院 別所町高木　☎83-1510 【眼】伊藤眼科クリニック 大村　☎82-8363	17	18 藤本クリニック 緑が丘町西2丁目 ☎85-6262	19	20 かわい子どもクリニック 志染町中自由が丘1丁目 ☎85-8466	21	22
23 休日歯科診療 【内】みきやまリハビリテーション病院 大塚1丁目　☎83-3316 【耳】毛利耳鼻咽喉科 志染町東自由が丘1丁目　☎89-8200	24	25 小島医院 末広1丁目 ☎82-1057	26	27 小児科神沢クリニック 福井3丁目 ☎83-5950	28	29
30 休日歯科診療 【内・小】黒田東自由が丘診療所 志染町東自由が丘2丁目　☎85-6213 【外・整・内】米山外科医院 緑が丘町東2丁目　☎85-8700						

【内】内科　【小】小児科　【外】外科　【整】整形外科　【消内】消化器内科
【放】放射線科　【眼】眼科　【脳外】脳神経外科　【耳】耳鼻咽喉科

歯科医師会から

問☎86−1622

お母さんと赤ちゃんの健康のために妊婦無料歯科健診を受けましょう！

妊娠中はつわりやホルモンバランスの変化によって、お口の中の環境が大きく変化します。この時期に口腔のケアがうまくできない状態が続くと、妊娠性歯肉炎や歯周炎が起こりやすくなります。それによって生じた炎症性物質が血流に乗って全身を巡り、早産や低体重児出産を引き起こす可能性があることがわかっています。

三木市は三木市歯科医師会と連携し妊婦無料歯科健診を実施しています。母子健康手帳交付時に「三木市妊婦歯科健診無料券」というブルーのカードがはさんでありますので、これと母子健康手帳、本人確認のための健康保険証を窓口に提出してください。ただし、この無料の歯科健診は三木市歯科医師会加入の歯科医院でしか受けることができませんので、受診の際に確認をお願いします。三木市内にある数軒の非加入歯科医院と他市町村の歯科医院は対象外となります。

健診で治療が必要とされた場合は妊娠20週〜28週の安定期に受けるのが最善ですが、妊娠してから慌てる前にそれ以前から定期的に歯科医院を受診し健診や歯のクリーニング、歯石除去を受けるようにしておきましょう。また歯肉の腫れや痛みを繰り返すような智歯（親知らず）は、妊娠中は積極的に抜歯することはできません。できれば妊娠前に抜歯しておくほうが賢明ですね。

【お知らせ】
今年度の歯と口の健康展は7月7日（日）に開催いたします。詳しくは広報みき7月号をご覧いただき、ぜひご参加ください。