

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

新型コロナウイルス感染防止のため、各種予定が変更・中止になる場合があります。最新情報はホームページや電話でご確認ください。

健診 対象者には個別に通知します

健診名	健診日	次回予定日
乳児集団	11月25日(水)	12月23日(水)
1歳6カ月児	11月12日(木)	12月17日(木)
3歳児	11月13日(金)	12月18日(金)



場 総合保健福祉センター

母子

母子健康手帳と助成券の交付

母子健康手帳の交付と同時に妊婦・産婦健康診査費助成券と新生児聴覚検査費助成券をお渡しします。時間に余裕を持ってお越しください。

- 対 妊婦
- 持 妊婦健診の領収書原本、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

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

みつきたまびサロン

産前サポート

- 日 11月18日(水) 午前10時～正午
- 対 妊婦と家族
- 内 オムツ交換・着替え体験、相談
- 期 11月13日(金) 午後5時まで
- 持 母子健康手帳、飲料、バスタオル
- 申 ☎ ☒ 【要予約】 定 先 15組



▲スマートフォン専用QRコード

産後サポート

- 日 11月11日(水) 午前10時～正午
- 対 妊産婦、乳児と家族
- 内 相談、妊産婦同士の交流など(妊娠中も利用可)
- 持 母子健康手帳
- 場・問 総合保健福祉センター

離乳食クッキング

- 日 11月20日(金) 午前10時～11時
- 対 市内に住民登録のある乳児の保護者
- 持 母子健康手帳 申 ☎ ☒ 【要予約】
- 場・問 総合保健福祉センター

- **三木市健康医療相談ダイヤル** 24時間年中無休、通話・相談料無料 ☎0120-682-086
- **小児救急医療電話相談** 子どもの急な病気やけがなどが気軽に相談してください。看護師などが相談に応じます。午後6時～10時(祝日・年末年始を除く) ☎62-1371
- **北播磨圏域子ども医療電話相談** 月～土曜 午後6時～翌日午前8時
- **兵庫県子ども医療電話相談** 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



市内の新型コロナウイルス感染者数は、ホームページで確認または問い合わせてください。

ホームページ▶

問 (市)健康増進課(総合保健福祉センター内) ☎86-0900

相談

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 11月17日(火) 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【要申込】
- 日 ①11月11日(水) 午後2時～3時30分
②11月24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

- 不妊や、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 11月7日(土)、21日(土) 午前10時～午後4時

面接相談

- 日 ①11月14日(土) 午後2時～5時
②12月1日(火) 午後2時～3時
- 場 ①(県)男女共同参画センター ②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【要申込】

男性不妊専門相談

- 日 12月2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

健康ポイント対象事業

ファースト講習会(体力測定室の会員登録)

- 日 11月20日(金) 午後6時30分～8時30分
- 対 16歳以上
- 期 11月16日(月) 午後5時まで
- 対 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2枚、飲料、マスク、筆記用具
- 申 ☎ ☒ ☒ 【要予約】
- 定 先 10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

記号の意味 日日時 場場所 対対象 内内容 講講師 期募集・受付期間 費費用 持持ち物 託託児 休休み
申申込 ☎電話 ☒窓窓口 郵便 ㊟ファックス ㊤E-mail ☒インターネット
定定員 (先先着 抽抽定員を超えると抽選) 問問い合わせ (☎電話番号・㊟ファックス・㊤E-mail)

休日当番医・小児科救急当番医・休日歯科診療

※受診する前に当番医に電話でご相談ください。来院の際にはマスクを着用してください。

当番医および診療科目は変更にな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 休日歯科診療 【内・小】松本医院 渡瀬診療所 吉川町渡瀬 ☎73-0015 【皮】さかい皮膚科クリニック 別所町小林 ☎87-8080	2	3 休日歯科診療 【小・ア】かわい子どもクリニック 志染町中自由が丘1丁目 ☎85-8466 【内・消内・外】ほりい医院 志染町青山2丁目 ☎85-9914	4	5 藤本クリニック 緑が丘町西2丁目 ☎85-6262	6	7
8 休日歯科診療 【内】中村内科胃腸科 志染町中自由が丘3丁目 ☎87-2486 【耳】こじま耳鼻咽喉科 末広1丁目 ☎83-8350	9	10 小島医院 末広1丁目 ☎82-1057	11	12 小児科神沢クリニック 福井3丁目 ☎83-5950	13	14
15 休日歯科診療 【循・呼・内】岸本医院 福井1丁目 ☎83-3008 【外】吉川病院 吉川町稲田 ☎72-0063	16	17 藤本クリニック 緑が丘町西2丁目 ☎85-6262	18	19 かわい子どもクリニック 志染町中自由が丘1丁目 ☎85-8466	20	21
22 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	23 休日歯科診療 【内・循内・呼内】 もり内科循環器科クリニック 末広1丁目 ☎86-8500 【外・内・肛外】なんぼクリニック 別所町小林 ☎86-0117	24 宮崎小児科内科医院 大村 ☎82-2131	25	26 かわい子どもクリニック 志染町中自由が丘1丁目 ☎85-8466	27	28
29 休日歯科診療 【内】青垣内医院 緑が丘町中1丁目 ☎85-8280 【外・整・内】米山外科医院 緑が丘町東2丁目 ☎85-8700	30	【内】内科 【外】外科 【整】整形外科 【小】小児科 【皮】皮膚科 【ア】アレルギー科 【耳】耳鼻咽喉科 【眼】眼科 【消内】消化器内科 【循】循環器科 【循内】循環器内科 【呼】呼吸器科 【呼内】呼吸器内科 【肛外】肛門外科				

インフルエンザと口腔ケア

微生物と人類の戦い(その7)

今年もインフルエンザウイルス感染症が流行する季節になってきました。特に今シーズンは新型コロナウイルス感染症との同時流行の可能性が懸念されています。インフルエンザは毎年日本国内で人口の8%に当たる約1000万人が感染し、3000人以上が死亡します。また小児も数十人が死亡します。一方、新型コロナの感染者数は9月上旬時点でインフルエンザの100分の1以下、死者数は約3分の1、20歳以下の死亡例はゼロとなっています。この統計結果を見る限り、新型コロナだけでなくインフルエンザに対する対策も大切であることがわかります。

昨年の本コラムでも述べたように、インフルエンザの予防にはワクチン接種、うがいと手洗いの徹底、マスクの装着、十分な休養などの他に口腔ケアの励行が非常に重要です。ある歯科大学の微生物学教室の研究では、歯科衛生士による口腔

ケアを徹底的に実施した集団は、行わなかった集団に比べてインフルエンザの発症数が約10分の1と大きく抑制できたという結果が出ています。この調査結果の根拠として、ウイルスがヒト細胞へ侵入したり増殖したりする際にそれを手助けするプロテアーゼやNA抗原という酵素を、実は口腔内の細菌が産生していることが証明されています。こういった事実から、毎日のブラッシングと歯科医院での定期的なクリーニングを励行し、細菌を排除して口腔内を清潔に保っておくことが大切であることがわかります。

本稿は9月上旬の作成であり11月号掲載時点での新型コロナのパンデミック情勢は予測不可能ですが、これまで幾度となく微生物との戦いを乗り越えてきたのが我々人類です。きっと収束に向かっていくものと信じます。詳しくは三木市歯科医師会に加入する歯科医院でお尋ねください。

歯科

科医師会から
問 ☎86-1622