

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 (対象者には個別に通知します)

健診名	健診日	対象者生年月	次回予定日
乳児集団	3月24日(水)	令和2年11月	4月21日(水)
1歳6カ月児	3月18日(木)	令和元年6月	4月22日(木)
3歳児	3月19日(金)	平成29年11月	4月23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

みっきいたまびよサロン

産前サポート

- 日 3月23日(火) 午前10時～正午
- 対 妊婦と家族
- 内 マタニティヨガ体験、相談
- 期 3月18日(木) 午後5時まで
- 持 母子健康手帳、飲料、バスタオル
- 申 込 込 【要予約】 定 先 15組



スマートフォンからの申込みはこちら

産後サポート

- 日 3月16日(火) 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 3月26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 込 【要予約】
- 場・問 総合保健福祉センター



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。

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。
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 3月9日(火) 午後1時～3時
申 込 【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、血液検査など
日 ①3月10日(水) 午後2時～3時30分
②3月15日(月) 午後1時30分～3時
費 血液検査費：1,000円 申 込 【要申込】
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／男性不妊専門相談

県では専門の医師・助産師などによる、不妊や習慣性流産、不育症などに関する相談を行っています。
相談日程や予約方法など、詳しくは県ホームページをご覧ください。



ホームページはこちら

予防接種

忘れていた予防接種はありませんか
予防接種を受ける時期は、感染症にかかりやすい年齢などとともに決められています。受けそびれている予防接種がある方は規定の接種期間内に早めに済ませてください。
新型コロナウイルスの影響でやむを得ず接種期間内に受けられなかった予防接種がある方は健康増進課まで相談してください。
問 (市)健康増進課(総合保健福祉センター内) ☎86-0900

町ぐるみ健診を受診しましょう

令和3年度のお知らせを4月下旬に各家庭に送付します。生活習慣病の予防、がんの早期発見・早期治療のために、ぜひ受診しましょう。
問 (市)健康増進課(総合保健福祉センター内) ☎86-0900



- 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

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 込 込 (☎)電話 (窓)窓口 (郵便)郵便 (FAX)ファックス (E-mail)E-mail (インターネット)インターネット
定 定 定 (先)先着 (抽)抽選員を超えると抽選 (問)問い合わせ (☎)電話番号 (FAX)ファックス (E-mail)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	2 小島医院 末広1丁目 ☎82-1057	3	4 小児科神沢クリニック 福井3丁目 ☎83-5950	5	6
7 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・胃内・皮・整】栗田医院 志染町広野1丁目 ☎85-6766	8	9 藤本クリニック 緑が丘町西2丁目 ☎85-6262	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
14 休日歯科診療 【内】青垣内医院 緑が丘町中1丁目 ☎85-8280 【皮】さかい皮フ科クリニック 別所町小林 ☎87-8080	15	16 小児科神沢クリニック 福井3丁目 ☎83-5950	17	18 藤本クリニック 緑が丘町西2丁目 ☎85-6262	19	20 休日歯科診療 【小・内】宮崎小児科内科医院 大村 ☎82-2131 【内・消内・外】ほりい医院 志染町青山2丁目 ☎85-9914
21 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 【外】吉川病院 吉川町稲田 ☎72-0063	22	23 かわい子どもクリニック 志染町中自由が丘1丁目 ☎85-8466	24	25 藤本クリニック 緑が丘町西2丁目 ☎85-6262	26	27
28 休日歯科診療 【内・整・外】三木山陽病院 志染町吉田 ☎85-3061 【耳】こじま耳鼻咽喉科 末広1丁目 ☎83-8350	29	30 宮崎小児科内科医院 大村 ☎82-2131	31	【内】内科 【外】外科 【整】整形外科 【胃内】胃腸内科 【皮】皮膚科 【小】小児科 【消内】消化器内科 【耳】耳鼻咽喉科		

東日本大震災から10年 自然災害時に大切な口腔ケア

甚大な被害が発生した東日本大震災から今月でちょうど10年になりました。死者約16,000人、行方不明者は現時点でいまだに約2,500人強という未曾有の大災害でした。1年前の本コラムでは、身元不明遺体の身元確認に貢献した歯科医師の活動について述べました。今年は“震災関連死”と口腔ケアの関連性について詳述します。
1995年の阪神淡路大震災後から“震災関連死”という言葉がクローズアップされました。阪神淡路大震災では約6,500人弱の死者を出しましたが、そのうち圧死などの直接死は約5,500人で、それ以外の原因で震災後2カ月以内に死亡した約900人強の方々が“震災関連死”と言われます。東日本大震災においても震災関連死は約3,800人に達しました。その後の調査で震災関連死の大半が65歳以上の高齢者で、原因の約4分の1を占めたのが肺炎だったということがわかっています。

極端な水不足の避難所生活の中で口腔ケアの不良が要因となり、誤嚥性肺炎を引き起こしたものと考えられています。震災発生直後には口腔清掃にさえ手が回らない状態が何日間も続き、歯ブラシも避難所にまったく届かず、また水不足の劣悪な環境の中できっちりと口腔ケアが実行できないなどの理由によって、口腔内の細菌が爆発的に増殖してしまったことが容易に推察できます。
自然災害は今日にも私たちの身に起こるかもしれません。もし万一私たちが避難所での生活を余儀なくされた場合でも、日ごろから口腔ケアの意識を高めておくことによって誤嚥性肺炎の発症を防ぐことができます。普段からかかりつけ歯科医院での定期健診を励行し、口腔ケアのスキルを身に付けておくことが大切です。
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。

歯科医師会から
問 ☎86-1622