

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

みっさいナビ
 相談
 健康
 教室・講座
 募集・採用
 子育て
 催し
 施設

母子

- **母子健康手帳と妊婦健診等助成券の交付**
 出産応援給付金の妊婦への面談も実施します。
 時間に余裕を持ってお越しください。
持 妊婦健診の領収書原本、振込先の通帳、マイナンバーが確認できるもの、本人確認書類
- **4月から交付場所が児童センター(教育センター1階)に変更になります。**詳しくは広報みき4月号でお知らせします。
- **乳房管理指導等における費用の助成**
対 産後24カ月未満の母親
持 母子健康手帳、領収書原本、振込先の通帳
- **みっさいたまぴよサロン**
産前サポート【要申込】
日 3月18日(火) 午前10時～正午
対 妊婦と夫・パートナー ▲申込フォーム
内 マタニティヨガ体験と栄養士・助産師・保健師への相談
期 3月13日(木)まで
持 母子健康手帳、飲料、バスタオル 申 ☎ 🌐
産後サポート
日 3月5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 **持** 母子健康手帳
場・問 総合保健福祉センター

健診

健診名	健診日	対象者生年月	次回予定日
乳児集団	3月13日(木)	令和6年11月	4月24日(木)
1歳6か月児	3月6日(木)	令和5年8月	4月17日(木)
3歳児	3月7日(金)	令和4年2月	4月18日(金)

対象者には20日前までに案内文を送付します。
場・問 総合保健福祉センター

相談

- **乳幼児発達専門相談(すこやか相談)【要申込】**
 ことばや精神発達、行動面についての心配ごとなど
日 3月12日(火) 午後1時～3時
申 ☎ 場・問 総合保健福祉センター

NEW! 令和7年度町ぐるみ健診
 申込方法が変わります
事前登録がオススメ!



- **成人保健相談(健診結果相談会)【予約優先】**
 医師・保健師・栄養士による相談・血圧測定・尿検査など
日 ①3月12日(火) 午後2時～3時30分
 ②3月24日(月) 午後1時30分～3時
申 ☎
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**
 歯科医師による歯科健診、相談など(希望者のみ)と、
 歯科衛生士による歯磨き指導、義歯の手入れ方法など
日 3月24日(月) 午後1時30分～3時
持 母子健康手帳(妊産婦、乳幼児のみ)
場・問 総合保健福祉センター

その他

- **成人保健相談、歯と口の健康相談と同時開催「みっさい☆健康ミニフェスタ」**
日 3月24日(月) 午後1時30分～3時
内 塩分チェックやベジチェック、町ぐるみ健診ネット予約システムの事前登録講習会など
場・問 総合保健福祉センター



3月1日～8日は「女性の健康週間」 骨活のすすめ! ~いつまでも若々しく元気に~

更年期が終わった50代半ば以降に意識したいことのひとつが「骨の健康」です。女性は閉経によるホルモンの変化により、骨を壊すスピードが速くなり骨密度が急激に低下します。
 いつまでも若々しく元気であるために、食事や生活習慣を見直し、骨を丈夫にする生活を意識していきましょう。

- ☑ **軽い運動**
 骨に刺激を加えることでカルシウムが定着しやすくなります。
- ☑ **バランスのとれた食事**
 いろいろな食品を摂ることでカルシウムの吸収がよくなります。



3月 休日当番医/休日歯科診療

■ 緊急時のみの利用としてください

休日当番医		休日歯科診療	
午前9時～正午、午後1時～5時(受付:午後4時30分まで)		午前9時～正午(受付:午前11時30分まで)	
		📍 休日歯科診療所(総合保健福祉センター内) ☎86-0903	
2日(日)	内・小 松本医院 渡瀬診療所 吉川町渡瀬 ☎73-0015 眼 立神眼科 志染町西自由が丘 ☎85-1124	20日(木)	内 谷口クリニック 緑が丘町東 ☎84-2000 外・内・肛外 なんばクリニック 別所町小林 ☎86-0117
9日(日)	精・神内 羽賀神経内科医院 志染町西自由が丘 ☎85-1050 外 服部病院 大塚 ☎82-2550	23日(日)	内・整・外 三木山陽病院 志染町吉田 ☎85-3061 脳外・内・外 正木脳外科クリニック 平田 ☎81-1155
16日(日)	内・循内・呼内 かつう内科クリニック 本町 ☎82-8022 整・外 たかや整形外科 志染町吉田 ☎83-8939	30日(日)	循・呼・内 岸本医院 福井 ☎83-3008 眼 やまだ眼科 志染町青山 ☎87-0401

【内】内科 【外】外科 【整】整形外科 【小】小児科 【眼】眼科
 【精】精神科 【神内】神経内科 【循内】循環器内科
 【呼内】呼吸器内科 【肛外】肛門外科 【脳外】脳神経外科
 【循】循環器科 【呼】呼吸器科

- ・発熱のある方は受診前に電話で相談してください。
- ・来院の際にはマスクを着用し、マイナ保険証などをお持ちください。
- ・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、事前に市ホームページまたは医療機関へ電話で確認してください。 ▲ホームページ

電話相談

三木市健康医療相談ダイヤル	☎0120-682-086	24時間年中無休
北播磨圏域子ども医療電話相談	☎62-1371	午後6時～10時(祝日・年末年始を除く)
兵庫県子ども医療電話相談	☎#8000 または ☎078-304-8899	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

各種相談(要予約)

相談内容	電話番号	日時	場所(県)加東健康福祉事務所(加東市社字西柿1075-2)
HIV抗体・肝炎・梅毒検査、相談	☎0795-42-9436	📅 3月6日(木)、13日(木)	午後1時30分～2時10分
専門栄養相談	☎0795-42-9365	📅 3月7日(金)	午後1時30分～3時
こころのケア相談	☎0795-42-9367	📅 3月13日(木)	午後1時～

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

带状疱疹ワクチンの助成金申請は3月31日までに

令和6年4月以降、带状疱疹の任意予防接種を受けた方は、期限までに助成金の申請をしてください。
助成額 上限4,000円(1回のみ) ▲ホームページ

📍 総合保健福祉センター
対 接種日・申請日に市内に住所がある満50歳以上の方
期 接種・申請とも3月31日(月)まで
 詳細はホームページで確認または問い合わせください。