

健康のページ

岡山市保健所 〒700-8546 北区鹿田町一丁目1-1
岡山市保健福祉会館（市役所南側）内

- 感染症対策課／感染症対策係 ☎086-803-1262
- 健康づくり課／特定疾病係 ☎086-803-1271
- 健康増進係 ☎086-803-1263
- 母子歯科保健係 ☎086-803-1264
- 精神保健係 ☎086-803-1267

- 保健センター
- 北区中央（岡山市保健福祉会館内） ☎086-803-1265
- 北区北（北ふれあいセンター内） ☎086-251-6515
- 御津・建部分室（建部支所総務民生課内） ☎086-722-1114
- 中区（岡山ふれあいセンター内） ☎086-274-5164
- 東区（旧西大寺保健センター） ☎086-943-3210
- 南区西（西ふれあいセンター内） ☎086-281-9625
- 南区南（南ふれあいセンター内） ☎086-261-7051

新型コロナウイルスの影響により各種事業が中止になる可能性があります。随時HPでご確認ください。

1歳6カ月児健康診査・3歳児健康診査

8月受診（御津・建部地区は9月受診）の対象者（1歳6カ月児健診=令和3年1月生、3歳児健診=平成31年1月生）に、7月末までに健診のお知らせが届くので、日時などを確認の上、保健センターなどで受診してください。

1歳6カ月児
健康診査



3歳児
健康診査



初めての離乳食講習会

対 初めて離乳食を始めようとする保護者

持 親子手帳（母子健康手帳）

申 市電子申請サービスで事前申し込み 他 託児なし



月 日	開催時間	場 所	申込受付開始日
7月25日	各日2回開催 ①11:00~12:00 ②14:00~15:00	北区中央保健センター	6月24日
8月19日		北区北保健センター	7月19日
8月30日		南区南保健センター	7月29日

歯と口の健康相談

歯科医師、歯科衛生士によるお口の相談を行います。

月 日	相談時間	場 所
7月29日	13:30~15:00	歯の相談室（岡山市保健福祉会館内）

こころの健康相談

こころの健康（若年性認知症・アルコール関連問題を含む）について専門医が相談に応じます（要予約）。申し込みは各保健センターへ。※医療機関を受診されている人はご遠慮ください。ご家族の相談も可能。

月 日	相談時間	場 所
7月28日	13:30~15:00	北区北保健センター
8月5日	13:30~15:00	北区中央保健センター
8月10日	13:30~15:00	東区保健センター

シニアのための健康相談

低栄養、転倒予防について、食事や運動（筋力維持）のアドバイスを行います（要予約）。申し込みは各保健センターへ。

対 市内在住の65歳以上でBMI 20以下の人など

持 健康診査などの結果

月 日	開催時間	場 所
7月4日	9:30~12:30	北区中央保健センター
7月11日	13:30~16:30	東区保健センター
7月15日	9:30~12:30	南区西保健センター
7月19日	13:30~16:30	北区北保健センター
7月21日	13:30~16:30	中区保健センター
7月28日	13:30~16:30	南区南保健センター

診療一コマも健康ちよつといい話

人生の最終章を物語る意義

岡山市内医師会連合会

新型コロナウイルスが私たちの社会に侵入してきたとき、最初にもたらしたものは死の恐怖でした。しかし、一方では死を正面から見つめ、死について思索をめぐらす機会を与えてくれたともいえます。

コロナ禍となる直前、2019年11月、柳田邦男さんが日本リビングウイイル研究会の基調講演「物語としての人生」で、“人生の最終章は自分で書く”と題し、意味深いお話をしてくださいました。書くという行為は人生の最大のイベントである「死」を前に、いかに生きなおすかという点で重要な意味を持つことになるのだと。“最終章を自分で書く”とは“自分の死を自分なりに創作する”ともいえ、それは生きる上で何が自分にとって大事なことか、を確認することでもあるのだと。

私たち医師は、その最終章を書けるようにどのように支えていけばよいかを常に考えて患者さんとその家族に接していくことが大切であると思うのです。そのためには、まずはユング心理学の第一人者河合隼雄さんが言われるように、死一般についてではなく「私の死」とは何かの問いに答えなければならぬと思います。最近よく耳にするACP（人生会議）を広めるためには、まずは自分の死とは何かの問いに、我々医療従事者が思いを馳せることが大切であると思うのです。



集団検診での感染対策にご協力ください

- ◎緊急事態宣言中も感染対策を講じて実施の予定です。
- ◎検診を受ける人は来場前の体温測定、マスクの持参・着用が必要です。
- ◎次の人は来場をご遠慮ください。
 - ・いわゆる風邪症状がある人、または2週間以内に37.5℃以上の発熱があった人

- ・2週間以内に新型コロナウイルス感染症（疑いを含む）の患者と接触歴がある人
- ・新型コロナウイルス感染症の患者と濃厚接触の可能性があり、経過観察期間中の人

(結核・肺がん検診の続き)

結核・肺がん検診

対 40歳以上（昭和58年4月1日以前生まれ）で、職場などで検診を受ける機会のない人（結核患者の多い国から来た外国人などは15歳以上）

費 ①胸部エックス線撮影／無料②肺がんの痰検査＝胸部エックス線撮影を受ける人のうち、50歳以上で喫煙指数が600以上の希望者／500円（70歳以上および65～69歳で後期高齢者医療保険者証持参者は200円、無料券持参者は無料）

持 結核・肺がん検診票、本人確認書類

地区	月日	受付時間	場所
御野	8月16日	9:20～9:50	宿公会堂付近
		10:20～11:00	三野浄水場 入り口
		11:30～12:00	オルセーメゾン山川 駐車場（OHK岡山放送付近）
		13:30～14:00	御野幼稚園 北付近（北方東本町遊園地）
		14:30～15:10	岡北中学校 体育館南
財田	8月17日	9:10～9:25	ローソン 岡山長利店
		中止	福祉交流プラザさいでん
		10:00～11:30	ハローズ 東岡山店 ※時間延長
		13:00～13:20	財田コミュニティハウス
興除	8月17日	9:30～10:30	ローソン 岡山興除店

興除	8月17日	11:00～11:30	興除園
		13:00～13:20	興除コミュニティハウス
		13:50～14:10	内尾南部公会堂
		14:40～15:00	中畦学校地公会堂
		15:30～16:00	興除公民館
	8月18日	9:00～9:30	興除地域センター
曾根	8月18日	10:10～10:30	西畦 黒田操一郎さん宅前
		11:00～11:30	曾根小学校
		13:00～13:30	（株）山陽米肥広場
		14:00～14:30	曾根旭町内公会堂
幡多	8月19日	10:20～10:40	沢田集撰果場 倉庫前
		11:10～12:00	安全スイミングスクール
		13:30～14:00	藤原中北遊園地付近
		14:30～15:00	赤田公会堂 筋向かい ニューカースル駐車場
		15:30～16:00	トマト銀行 電操支店
			8月31日
芳泉	8月31日	10:00～10:40	わたなべ生鮮館 泉田店
		11:10～11:30	芳泉コミュニティハウス
		13:00～13:20	福祉の杜 あゆむ(南区福田)
		13:50～14:20	当新田団地 中央集会所

不育症治療費の助成について

問 保健所健康づくり課 ☎086-803-1264

不育症治療（検査）を受けた夫婦に対し、費用の一部を助成しています。

不育症とは、妊娠はするものの、流産や死産、早期新生児死亡を2回以上繰り返す場合を指します。対象となる検査・治療など、詳細はお問い合わせください。



自宅でフレイル予防の体操をしましょう！

～外出を控えているシニアの皆さんへ～

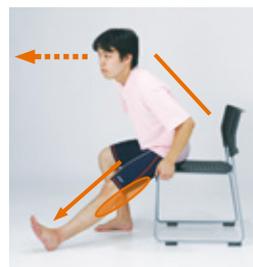
問 岡山市ふれあい介護予防センター
 北区の人 ☎086-251-6517
 中区・東区の人 ☎086-274-5211
 南区の人 ☎086-230-0315



効果

- けがの予防 1動作10秒を目安に毎日行いましょう
- 血行の促進 ※HPに動画あり
- 疲労回復

太もも（後ろ）のストレッチ体操



左足を前に伸ばしてかかとを床につけます。伸ばした足の方向に体を向け、背すじを伸ばします。前を見たまま体を前に倒します。（反対側も同様）

(広告)

※広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。岡山市が推奨等をするものではありません。

運転免許を取るなら

“まるやま”で!

AT オートマチック車 普通免許

221,750円(税込)

MT マニュアル車 普通免許

244,850円(税込)

◆初めて免許を取得する方が対象です。◆左記総額には初回検定料・諸経費、消費税及び仮免交付申請料2,850円(非課税)を含みます。◆R4.7.30[土]までの入校分に限り。◆ご希望に添えない場合がありますので、受付にお問い合わせください。◆特別価格のための割引特典との併用はできません。◆入校期限が過ぎますとこの料金は適用不可となります。◆基本時限数から延びた場合は補習料金(一時限:普通車5,190円税込)が必要となります。◆検定不合格の場合は検定再受験料(普通車 修了検定7,150円、学科1,700円、卒業検定7,150円)ともに税込)がその都度必要になります。◆在籍6か月を超えた場合の写真再撮影代(1,100円税込)は別途必要となります。◆途中退校の場合は当校の規定により返金します。◆教習ローン(3回～35回)もご利用できます。◆高速教習は実車で行います。◆技能教習の当日キャンセルはキャンセル料1,000円税込が必要となります。(連絡なしの場合は5,000円税込)

一般財団法人 岡山県交通安全協会 岡山県公安委員会指定

〒703-8271
岡山市中区円山646

0120-37-7141

HP▶ <https://www.oka-ankyoo.or.jp/ods/>

休日急患診療

●岡山市休日夜間急患診療所（内科・小児科）

☎086-225-2225 北区東中央町3-14 旧市民病院別館 1階
 ※発熱を伴う場合、受診前に必ずお電話ください。

□受付時間 ※往診はできません
 （診療は受付開始時間の30分後から）

【内科】

日曜、祝日、年末年始
 9:30～11:30、12:30～16:30、
 20:00～22:30

【小児科】

日曜、祝日、年末年始
 9:30～11:30、12:30～16:30、
 19:00～22:30
 平日の月～土曜 20:00～22:30



●岡山市休日急患歯科診療所

☎086-225-8280 北区東中央町3-14 旧市民病院別館 1階
 □受付時間 日曜、祝日、年末年始
 10:00～11:30

※当分の間、診療時間を午前中のみとしております。
 ※急患に限ります。予約・往診はできません。

●在宅当番医（内科系）

下表のとおり（令和4年5月末現在）
 市HPでもお知らせしています。



□診療時間 日曜、祝日、年末年始 9:00～17:00

※やむを得ない事情で当番医が変わる場合があります。
 往診はできません。

●岡山県小児救急医療電話相談

☎#8000または ☎086-801-0018

子ども（おおむね15歳以下）の夜間急病時の対応方法
 や医療機関への受診などについて、看護師などが電話で
 相談に応じ、適切な助言を行います。

□受付時間 土・日曜、祝日、年末年始 18:00～翌朝8:00
 平日の月～金曜 19:00～翌朝8:00

●岡山県精神科救急情報センター

☎086-225-9080（県精神科医療センター内）

※救急受診が必要な人に受診先を紹介します。

□受付時間 土・日曜、祝日、年末年始 8:30～翌朝8:30
 平日の月～金曜 17:00～翌朝8:30

●救急病院の問い合わせ

☎086-231-0119

岡山市内救急病院案内（消防局・24時間対応）

岡山市休日急患当番医表（内科系）【令和4年7月】 □診療時間 9時～17時 □往診はできません

- ・やむを得ない事情で当番医が変わる場合がありますので、受診の前に確認してください。
- ・「小児科」受診の際は、休日急患当番医が「内科系」のため、各当番医に受診が可能かどうかあらかじめ確認してください。
- ・あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所（内科）は、赤磐医師会病院の内部に設けられますが、運営は医師会病院ではなく医師会本体が行っているため、連絡先など間違いのないよう、お気を付けください。
- ・発熱を伴う場合、各当番医の受診前に必ずお電話ください。

	旭川東地域	旭川西地域	西大寺・上道	瀬戸 ※1	一宮・津高・御津・ 建部・高松・足守	吉備・妹尾・福田 ※2	藤田・興除・灘崎 ※3
第1日曜 7月3日	旭竜クリニック （内科小児科） ☎275-6768 中区中島	岡内科医院 （内科小児科） ☎265-5811 南区浦安本町	マツザキ クリニック（内科） ☎944-4777 東区西大寺松崎	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所（内科） ☎086-955-0393 赤磐市下市	こまごえ医院 ☎724-2222 北区御津宇垣	せのお病院 （内科） ☎282-1211 南区妹尾	渡辺医院 （内科） ☎362-0363 南区彦崎
第2日曜 7月10日	たかはしクリニック （内科） ☎277-1105 中区湊	つしまクリニック （内科） ☎251-3388 北区津島福居一丁目	津田内科 小児科医院（内科） ☎278-4123 東区古都南方	石原医院 ☎952-0162 東区瀬戸町瀬戸	福渡病院 ☎722-0525 北区建部町福渡	庭瀬ファミリー クリニック ☎903-4114 北区平野	うちおグリーン クリニック（内科） ☎282-5722 南区内尾
第3日曜 7月17日	コープみんなの 診療所（内科） ☎278-8522 中区乙多見	ほそたにクリニック （内科） ☎251-1100 北区津島南二丁目	岡山西大寺病院 （内科） ☎943-2211 東区金岡東町一丁目	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所（内科） ☎086-955-0393 赤磐市下市	黒住外科内科 ☎284-5400 北区一宮	南岡山 医療センター（内科） ☎086-482-1121 早島町早島	さとう内科 クリニック（内科） ☎296-8822 南区藤田
祝日 7月18日	桜のみち内科 クリニック ☎275-2227 中区中井	三浦内科医院 （内科） ☎252-6783 北区伊福町二丁目	コープ西大寺 診療所（内科） ☎944-0088 東区西大寺中二丁目	岩藤胃腸科外科 歯科クリニック ☎952-1166 東区瀬戸町沖	津高台診療所 ☎251-0372 北区津高台一丁目	すぎはら眼科・ 循環器科内科 ☎086-428-2868 倉敷市茶屋町	庵谷医院 （内科） ☎086-485-0057 倉敷市林
第4日曜 7月24日	森末泌尿器科内科 クリニック（内科） ☎274-3330 中区倉田	辻医院 ☎805-1118 北区野田三丁目	時末消化器科 内科医院（内科） ☎942-2317 東区西大寺中一丁目	熊山診療所 （内科） ☎086-995-1251 赤磐市松木	浦上ファミリー クリニック ☎284-1221 北区一宮	原田内科医院 ☎282-0318 南区妹尾	葵クリニック （内科） ☎728-0008 南区藤田
第5日曜 7月31日	ながけクリニック （内科） ☎207-6788 中区中井	あけぼの クリニック ☎902-2211 南区築港新町一丁目	野田内科医院 （内科） ☎278-3318 東区藤井	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所（内科） ☎086-955-0393 赤磐市下市	今井医院 ☎284-0043 北区西辛川	重井医学研究所 附属病院 ☎282-5311 南区山田	さとう内科 クリニック（内科） ☎296-8822 南区藤田

※1 赤磐医師会エリアを含む ※2 都窪医師会エリアを含む ※3 北児島医師会エリアを含む