

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

2月受診（御津・建部地区は3月受診）の対象者（1歳6カ月児健診=令和3年7月生、3歳児健診=令和元年7月生）に、1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

☑初めて離乳食を始めようとする保護者

☑親子手帳（母子健康手帳）

☑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
2月3日	各日2回開催 ①11:00～12:00 ②14:00～15:00	南区西保健センター	12月28日
2月10日		中区保健センター	1月10日
2月21日		南区南保健センター	1月20日

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。

※医療機関を受診している人はご遠慮ください。ご家族の相談も可能。

月日	開催時間	場所
2月2日	13:30～15:00	東区保健センター
2月3日	13:30～15:00	北区中央保健センター
2月24日	13:30～15:00	南区西保健センター

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。

☑市内在住の65歳以上でBMI 20以下の人など

☑健康診査などの結果

月日	開催時間	場所
1月16日	9:30～12:30	北区中央保健センター
1月16日	13:30～16:30	東区保健センター
1月17日	13:30～16:30	北区北保健センター
1月19日	13:30～16:30	中区保健センター
1月20日	9:30～12:30	南区西保健センター
1月26日	13:30～16:30	南区南保健センター

診療
一口メモ

健康ちょっといい話

こどもの事故防止

岡山市医師会

小児科の外来には、こどもたちが色々な病気で来院されますが、やけどや誤飲など事故にまつわる受診もあります。事故は予防の知識があれば、防ぐことができる場合も多くあります。

例えば誤飲で最も多いとされるタバコについては、タバコをこどもの手の届く所には置かないことを習慣にしておく、水の入った灰皿や空き缶等にタバコを浸すことをしない（ニコチンは水に溶けやすく、何本も浸すと非常に高濃度になる）、などのポイントがあります。もちろんご家族の健康のためにも禁煙が一番おすすめです。

新生児期のうつぶせ寝による窒息から、交通事故や溺水などの水の事故等まで、月齢、年齢により注意すべき事故の種類も実に様々で、それぞれのポイントがあります。

インターネットでも日本小児科学会の「子どもの事故と対策」や、消費者庁の「子どもを事故から守る！事故防止ハンドブック」などには事故防止についてわかりやすく掲載されています。

家庭生活、社会生活を送る中でこどもの事故はできる限りの予防をしてあげたいものです。



注目

スポーツほか

情報のひろば

相談

施設ガイド

健康

令和4年度対象者の高齢者肺炎球菌予防接種は3月31日までです 問感染症対策課感染症対策係 ☎086-803-1262

令和4年度の対象者で希望する人は、令和5年3月31日までに接種を受けてください。令和5年4月1日以降は公費負担を受けられません（65歳から5歳刻みの年齢を対象としている経過措置は、令和5年度で終了します）。

対過去に23価肺炎球菌ワクチンを接種したことがなく、次の①または②に該当する市内に住民登録のある人

- ①令和4年度内に65、70、75、80、85、90、95、100歳に達する人
- ②接種当日に60～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する人（身体障害者手帳1級程度）

接種回数 1回（23価肺炎球菌ワクチン）

実施医療機関 県内の各協力医療機関

※詳細は「岡山市保健所からのお知らせ」または市HPをご確認ください。また、取り寄せが必要なワクチンのため、1週間程度余裕をもって医療機関に予約をしてください。

持対象①の人は住所、氏名、生年月日が分かる本人確認書類（健康保険被保険者証など）。対象②の人は本人確認書類に加えて身体障害者手帳（1級）の写しまたは医師の診断書

自己負担額 3,670円

自己負担金の減免 対象者のうち次の人は、事前に申請し助成券または無料券の交付を受けることで、自己負担金が減額または免除されます。

【市民税非課税世帯の人】

助成券の利用により自己負担額1,830円

申請先 同課、各保健センター、北区北保健センター御津・建部分室、各区役所市民保険年金課、各支所、各地域センター

【生活保護世帯、中国残留邦人等支援給付受給世帯の人】

無料券の利用により自己負担額なし

申請先 同課、各福祉事務所

※ただし、対象②に該当する人は、いずれも同課窓口で申請してください。

※同課では助成券・無料券ともに電話での受付もしています。



風しんの予防対策

問感染症対策課感染症対策係 ☎086-803-1262

先天性風しん症候群（CRS）の発症防止を目的として、風しんの無料抗体検査や予防接種費用の助成を行っています。

詳細は市HPをご確認ください。

風しんの追加的対策（成人男性の無料抗体検査・予防接種）

無料クーポン有効期限は、令和5年3月31日までです。風しんの定期予防接種制度の対象外であった成人男性（昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれ）に対し、クーポン券を送付しています。まだ抗体検査を受けていない人はぜひご利用ください。クーポン券を紛失された場合は再発行できますのでお問い合わせください。

妊娠希望者等などに対する無料抗体検査

妊娠を希望している女性や、配偶者などの同居者に対して、無料抗体検査を行っています。ただし、過去に抗体検査、予防接種を受けたことがある人、風しんにかかったことがある人は対象外です。

妊娠希望者などに対する予防接種費用の助成

風しんの抗体価の低い妊娠を希望している女性やその配偶者などのパートナーに対して、予防接種費用の助成を行っています。

妊婦・パートナー歯科健康診査を受けましょう！

問健康づくり課母子歯科保健係 ☎086-803-1264

妊婦とそのパートナー（いずれも市内に住民登録のある人）は、妊娠期間中に1回、無料で歯科健康診査が受けられます。

自分自身の口の中を健康に保ちつつ、生まれてくる子どもの歯と口腔の健康を守るための知識を身に付けるためにも、妊婦・パートナーともに歯科健康診査を受けましょう。

受診票つづりの中の歯科健康診査受診票を持参して、指定歯科医療機関で受診してください。



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）

次表のとおり（令和4年11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）



記号説明

日

時

期

日

時

場

所

内

容

講

講

師

対

象

定

員

費

用

な

ど

持

持

参

品

申

込

他

の

そ

の

他

の

他

の

他

の

他

の

他

の

他

の

他

の

他

の

他

の

他

の

他

岡山市休日急患当番医表（内科系）【令和5年1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、お気を付けてください。
- ・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 年始 1月1日	さつき内科 クリニック ☎206-1351 中区西川原	岡山みなみ クリニック ☎250-5882 南区浜野二丁目	藤田病院 (内科) ☎943-6555 東区西大寺上三丁目	吉井外科内科 クリニック ☎952-3331 東区瀬戸町沖	山下クリニック (内科) ☎284-5511 北区檜津	南岡山 医療センター (内科) ☎086-482-1121 早島町早島	
年始 1月2日	ゆうゆう クリニック (内科) ☎275-7716 中区賞田	にいや内科 クリニック ☎803-2189 北区北方二丁目	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	済生会 吉備病院 (内科) ☎287-8655 北区高松原古才	せのお病院 (内科) ☎282-1211 南区妹尾	
年始 1月3日	桜のみち内科 クリニック ☎275-2227 中区中井	同仁病院 (内科) ☎252-2661 北区下伊福上町	時末消化器科 内科医院 (内科) ☎942-2317 東区西大寺中一丁目	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科) ☎086-955-0393 赤磐市下市	福本クリニック (内科) ☎284-8811 北区首部	青木内科小児科 医院 (内科小児科) ☎281-2277 南区大福	ほりぐち医院 (内科小児科) ☎281-9380 南区東畦
第2日曜 1月8日	江森内科・ 循環器科 ☎275-7474 中区中井一丁目	河合内科西口 クリニック (内科) ☎251-2491 北区奉還町一丁目	石井内科 クリニック (内科小児科) ☎946-2030 東区神崎町	あかいわファミー クリニック (内科小児科) ☎086-955-9251 赤磐市河本	佐藤医院 ☎722-1122 北区建部町川口	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 1月9日	清野内科医院 (内科) ☎278-5535 中区雄町	さとうファミー クリニック (内科小児科) ☎254-5500 北区野殿東町	井上内科 小児科医院 ☎297-9333 東区東平島	岩藤胃腸科外科 歯科クリニック ☎952-1166 東区瀬戸町沖	おかやま西 クリニック (内科) ☎250-1000 北区檜津	林内科 小児科医院 ☎282-2626 南区大福	岡山光南病院 ☎282-0555 南区東畦
第3日曜 1月15日	戸川医院 (内科) ☎275-0705 中区高島新屋敷	まつお内科 クリニック ☎246-2323 北区上中野一丁目	大上クリニック (内科) ☎297-3535 東区東平島	粟井内科医院 ☎953-0617 東区瀬戸町万富	難波医院 ☎294-3366 北区横井上	ふくだ医院 (内科) ☎293-5670 北区平野	庵谷医院 (内科) ☎086-485-0057 倉敷市林
第4日曜 1月22日	長井クリニック ☎276-2111 中区円山	尾上内科・ 循環器内科医院 ☎238-1080 北区久米	大西内科消化器科 医院 (内科) ☎943-9191 東区益野町	熊山診療所 (内科) ☎086-995-1251 赤磐市松木	有森・整形外科・ 内科クリニック ☎284-6188 北区西辛川	あさひクリニック (内科) ☎282-6606 南区大福	さとう内科 クリニック (内科) ☎296-8822 南区藤田
第5日曜 1月29日	畑クリニック (内科) ☎272-7117 中区原尾島三丁目	角南内科 ☎252-2775 北区富町二丁目	上南クリニック (内科小児科) ☎948-5539 東区君津	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科) ☎086-955-0393 赤磐市下市	山谷医院 (内科) ☎294-2987 北区吉宗	原田内科医院 ☎282-0318 南区妹尾	須田外科 内科医院 ☎362-3221 南区西紅陽台三丁目

※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

注目

スポーツほか

情報のひろば

相談

施設ガイド

健康