

# 健康のページ

〒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／企画調整係 ☎086-803-1262
- 感染症対策係 ☎086-803-1290
- 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

## 1歳6カ月児健康診査・3歳児健康診査

4月受診（御津・建部地区の方は5月受診）の対象者（1歳6カ月児健診＝令和5年9月生、3歳児健診＝令和3年9月生）に、3月末までに健診のお知らせが届きます。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）
- ☑ HP掲載の予約システムで事前申し込み
- ☑ 他託児なし



月日	開催時間	場所	申込受付開始日
4月15日	各日2回開催 ①11:00～12:00	東区保健センター	3月15日
4月18日	②14:00～15:00	中区保健センター	3月18日

## 診療一口メモ 健康ちょっといい話

### こつそしょうしょう 骨粗鬆症と歯科治療

岡山市内歯科医師会連合会

骨粗鬆症は骨質や骨密度が低下する病気です。そのため歯科治療において、外科処置における合併症が懸念されます。外科処置とは抜歯や歯周病などの手術、インプラント治療などが挙げられます。

骨粗鬆症の治療薬を服用している方には注意が必要です。外科処置を行うことにより歯を支える骨を露出させ、薬剤関連顎骨壊死（MRONJ）という骨が腐る病気を発症する可能性があるからです。しかし、治療薬を服用している方が必ず発症するというわけではありません。治療薬の投与を受けている患者さんの中でも、薬剤の投与量や投与期間、口腔衛生状態の不良や不適切な入れ歯の使用などによって、MRONJの発症リスクが高くなることが報告されています。

インプラント治療においては、インプラント体（人工歯根）を顎の中に埋め込む治療ですので、骨粗鬆症と関連があると考えられています。しかし、現時点ではインプラントの成功率を低下させるという報告がある一方、成功率には影響がなかったとする論文もあり、明確な結論は出ていないのが現状です。

現在の骨粗鬆症の状態を把握し、歯科医師とよく相談するようにしましょう。

## 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
3月18日	13:30～15:00	南区南保健センター
3月27日	13:30～15:00	北区北保健センター

## 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BMI20以下の人  
☑ 健康診査などの結果（お持ちの人）

月日	開催時間	場所
3月3日	9:30～12:30	北区中央保健センター
3月13日	13:00～16:00	中区保健センター
3月17日	13:30～16:30	東区保健センター
3月18日	13:30～16:30	北区北保健センター
3月21日	9:30～12:30	南区西保健センター
3月27日	13:30～16:30	南区南保健センター

## 「ともに育むネットワーク」パネル展

☎健康づくり課 ☎086-803-1264

📅3月6日(休)・7日(金)

📍市役所1階市民ホール

📌加入団体の活動紹介

※「ともに育むネットワーク」は、さまざまな障がいや病気のある子どもを抱える保護者のグループが、相互の理解と交流を図り、共に協力して子どもを健やかに育てることを目的に活動しています。

## 3月の第2木曜日は「世界腎臓デー」

問 健康づくり課 ☎ 086-803-1263

慢性腎臓病（CKD）は生活習慣病（糖尿病・高血圧など）と関連が深く、日本人の5人に1人がかかると推計されています。慢性腎臓病は健康診断でチェックできます。年に一度は健診を受けて、腎臓の働きをチェックしましょう。

世界腎臓デー2025inおかやま 「今年、あなたの腎臓チェックした？-健診に行こう！-」

### ◆慢性腎臓病に関する啓発イベント（予約不要）

📅 3月20日(祝)10時～12時

📍 JR岡山駅地下通路「エキチカひろば」（北区駅元町）

👉 来場者には啓発グッズを先着順で配布します。

### ◆CKD県民公開講座（要予約）

📅 3月20日(祝)13時30分～15時30分

📍 県医師会館 三木記念ホール（北区駅元町）

👉 講演会「からだの中の腎臓と心臓の深い関係」

👉 県医師会☎から

## 3月1日(土)～7日(金)は子ども予防接種週間

問 感染症対策課 ☎ 086-803-1262

市では未接種の定期予防接種がある場合は接種をお勧めしています。この機に予防接種手帳などで未接種の予防接種がないか履歴を確認しましょう。

特に今年4月に小学校就学予定（平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれ）で、麻しん・風しんⅡ期の予防接種が済んでいない人は令和7年3月31日までに接種を受けましょう。

※期間中は土・日曜に接種を行う医療機関もあります。

※定期予防接種の対象年齢を外れると実費負担となりますのでご注意ください。



接種実施医療機関

### ◆子どもの定期接種の対象となる予防接種

BCG	生後0～12カ月未満で1回接種
B型肝炎	生後0～12カ月未満で3回接種（27日以上の間隔をあけて2回接種後、1回目から139日以上の間隔をあけて3回目を接種）
五種混合（または四種混合・ヒブもしくは三種混合・ポリオ・ヒブ）Ⅰ期（注1）	生後2～90カ月未満で初回3回接種後、6カ月以上あけて1回接種
小児用肺炎球菌	生後2カ月～5歳未満（注2）
ヒブ（注3）	生後2カ月～5歳未満（注2）
麻しん・風しん（混合またはそれぞれ単独）	1～2歳未満で1回と、小学校就学前の1年間で1回接種
水痘	1～3歳未満で3カ月以上あけて2回接種
日本脳炎Ⅰ期（注4）	生後6～90カ月未満で初回2回接種後、6カ月以上あけて1回接種
日本脳炎Ⅱ期（注4）	9～13歳未満で1回接種
二種混合Ⅱ期	11～13歳未満で1回接種
ロタウイルス（注5）	【ロタリックス】27日以上の間隔をおいて2回経口投与 生後6週に至った日の翌日から、生後24週に至る日の翌日まで 【ロタテック】27日以上の間隔をおいて3回経口投与 生後6週に至った日の翌日から、生後32週に至る日の翌日まで

（注1）百日せきにかかったことがある人は、二種混合を選択することも可能です。

（注2）接種回数は接種開始月齢や接種間隔などにより異なります。

（注3）五種混合を接種した場合は接種不要です。

（注4）平成19年4月1日以前生まれの人で、かつ20歳未満の人は、Ⅰ期およびⅡ期の不足回数（1～4回）を接種できる特例措置があります。

（注5）初回接種の標準的な接種期間は、生後2カ月に至った日から出生14週6日後までの間です。

記号説明

📅

日程

🕒 時間

📍 場所

👉

内容

👤 講師

👥 対象

👤 定員

💰 費用など

👉

持参品

👉

その他

👉

👉

👉

# 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

◇**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

◇**受付時間** 日曜、祝日、年末年始  
9:30~11:30、13:00~15:00  
※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7年1月末現在）

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** 土曜 18:00~翌朝8:00

日曜、祝日、年末年始 8:00~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7年3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か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、お気をつけください。

	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 3月2日	さつき内科クリニック ☎206-1351 中区西川原	あんどう内科クリニック (内科) ☎244-1000 北区野田一丁目	藤田病院 (内科) ☎943-6555 東区西大寺上三丁目	あかいわ☆瀬戸休日内科診療所 (内科) ☎086-955-0393 赤磐市下市	福渡病院 ☎722-0525 北区建部町福渡	中島病院 ☎282-0218 南区妹尾	寺沢クリニック (内科) ☎281-7211 南区東畦
第2日曜 3月9日	ゆうゆうクリニック (内科) ☎275-7716 中区賞田	淵本医院 (内科) ☎241-9484 北区西古松二丁目	岡村一心堂病院 (内科) ☎942-9900 東区西大寺南二丁目	山陽クリニック (内科小児科) ☎086-955-7111 赤磐市上市	田中胃腸科 (内科) ☎287-9200 北区小山	しまばら内科消化器科クリニック (内科) ☎292-2555 北区平野	ほりぐち医院 (内科小児科) ☎281-9380 南区東畦
第3日曜 3月16日	桜のみち内科クリニック ☎275-2227 中区中井	うらべ内科クリニック ☎259-3801 南区築港新町二丁目	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	前田医院 (内科) ☎284-7676 北区榑津	あさひクリニック (内科) ☎282-6606 南区大福	松木内科 (内科) ☎362-0247 南区宗津
祝日 3月20日	くろだクリニック (内科) ☎279-5000 中区下	河合外科内科 (内科) ☎231-3278 南区豊浜町	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	済生会吉備病院 (内科) ☎287-8655 北区高松原古才	河原内科医院 ☎086-480-1112 早島町早島	みやけ内科クリニック (内科) ☎296-7778 南区藤田
第4日曜 3月23日	原尾島クリニック (内科) ☎271-3777 中区原尾島三丁目	井戸内科医院 (内科) ☎241-0041 北区今七丁目	渡辺内科 (内科) ☎942-2124 東区西大寺中野	熊山診療所 (内科) ☎086-995-1251 赤磐市松木	山下クリニック (内科) ☎284-5511 北区榑津	撫川クリニック (内科小児科) ☎292-8133 北区撫川	さとう内科クリニック (内科) ☎296-8822 南区藤田
第5日曜 3月30日	おきもと内科と外科のクリニック (内科) ☎230-2211 中区関	西岡外科 (内科) ☎253-8808 北区花尻みどり町	陽クリニック (内科小児科) ☎943-8778 東区西大寺新地	あかいわ☆瀬戸休日内科診療所 (内科) ☎086-955-0393 赤磐市下市	西村内科小児科医院 ☎287-6886 北区加茂	茶屋町駅前クリニック (内科) ☎086-420-0007 倉敷市茶屋町	渡辺医院 (内科) ☎362-0363 南区彦崎

※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