

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

診療一口メモ 健康ちょっといい話

歯科用CT撮影について

岡山市内歯科医師会連合会

歯科医療においてCTが活用され始めて久しいですが、その必要性についてお話します。

元来CTを用いずに治療が行われてきましたが、歯科医師の知識と経験により何か重大な問題が生じたという事はあまりなく、滞りなく治療が行われてきました。それでは一体何のためにCTを撮影しているのか。

一般的に歯科治療とはかく歯を削る、歯石を取るといった見えやすいところに目が行きがちですが、私たちはその奥にある骨（骨密度）や神経、血管など、さまざまな条件を踏まえて治療しています。従来のレントゲン写真は全体のものだと、その1枚をもって全体像を2次元的に把握できるため、非常に有用な写真と言えます。CTを活用することで、インプラント治療や親知らずの抜歯、歯根の治療の際に、骨や神経、血管、歯の位置、形状、病巣の広がりを3次元的に把握できるため、リスクを減らせながら、より精度の高い診断を可能にするため、治療をより高度に効率よく進めることが出来ます。

最後にCT撮影における被曝についてお話しますが、歯科用CTは撮影時間が短く、安全性は高いとされておりますので、撮影される際はご安心ください。

1歳6カ月児健康診査・3歳児健康診査

4月受診（御津・建部地区は5月受診）の対象者（1歳6カ月児健診＝令和6年9月生、3歳児健診＝令和4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で事前に他託児なし



月日	開催時間	場所	申込受付開始日
4月21日	各日2回開催 ①11:00～12:00	南区南保健センター	3月21日
4月28日	②14:00～15:00	中区保健センター	3月28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	相談時間	場所
3月17日	13:30～15:00	南区南保健センター
3月26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以下の人など

健康診査などの結果

月日	時間	場所
3月2日	9:30～12:30	北区中央保健センター
3月13日	9:30～12:30	南区西保健センター
3月16日	13:30～16:30	東区保健センター
3月17日	13:30～16:30	北区北保健センター
3月19日	12:30～15:30	中区保健センター
3月26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4日(水)・5日(木)の各日10時～16時

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はかり、とも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」

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2026 in おかやま 「未来のために、いま腎臓をまもろう」

◆慢性腎臓病に関する啓発イベント（予約不要）

問健康づくり課 ☎086-803-1263

日3月20日(木)10時～12時

場JR岡山駅地下通路「エキチカひろば」（北区駅元町）

他来場者には啓発グッズを先着順で配布します。

◆県民公開講座（要予約）

問県医師会 ☎086-250-5111

日3月20日(木)13時30分～15時30分

場県医師会館 三木記念ホール（北区駅元町）

内講演会「元気の源と腎臓～腎臓が大切って伝えなきゃエッホエッホ～」 申 ☎またはHPで



3月1日(日)～7日(土)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勧めています。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確認しましょう。

特に今年4月に小学校就学予定（平成31年4月2日～令和2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8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）を接種することができます。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。

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、13:00~14:30
※急患に限ります。予約・往診はできません。

▶救急医療電話相談

医療機関を受診するかどうか迷った際、看護師などが電話で相談に応じ、適切な助言を行います。

【おとな】 ☎#7119 または ☎086-222-7119

【こども】 ☎#8000 または ☎086-801-0018
(15歳以下)

◇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8年3月】 診療時間 9時~17時（休憩時間12時~13時）

- ・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、受診の前にご確認ください。
- ・「小児科」受診の際は、事前に各当番医へ受診可能かご確認ください。
- ・休憩時間は診療の状況に応じて変わる場合があります。往診はできません。



	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1日	おかやま内科 糖尿病・健康長寿 クリニック ☎272-1439 中区中納言町	佐々木医院 (内科) ☎253-0230 北区西崎本町	宇治医院 (内科) ☎942-2158 東区西大寺中 三丁目	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科)※4 ☎086-955-0393 赤磐市下市	サンノゼの丘 クリニック (内科) ☎286-0888 北区芳賀	林内科 小児科医院 ☎282-2626 南区大福	さとう内科 クリニック (内科) ☎296-8822 南区藤田
第2日曜 3月8日	高屋クリニック (内科) ☎271-0055 中区高屋	さとうファミリー クリニック (内科小児科) ☎254-5500 北区野殿東町	岡村一心堂病院 (内科) ☎942-9900 東区西大寺南 二丁目	吉井外科内科 クリニック ☎952-3331 東区瀬戸町沖	木村医院 ☎295-0010 北区大井	木村医院 (内科小児科) ☎086-482-0028 早島町早島	池田医院 (内科) ☎362-3100 南区彦崎
第3日曜 3月15日	さつき内科 クリニック ☎206-1351 中区西川原	まつお内科 クリニック ☎246-2323 北区上中野一丁目	井上内科 小児科医院 ☎297-9333 東区東平島	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科)※4 ☎086-955-0393 赤磐市下市	大守クリニック ☎284-2777 北区榎津	前田医院 (内科小児科) ☎282-0812 南区妹尾	うちおグリーン クリニック (内科) ☎282-5722 南区内尾
祝日 3月20日	ゆうゆう クリニック (内科) ☎275-7716 中区賞田	尾上内科・ 循環器内科医院 ☎238-1080 北区久米	コープ西大寺 診療所 (内科) ☎944-0088 東区西大寺中 二丁目	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科)※4 ☎086-955-0393 赤磐市下市	井上医院 ☎295-0014 北区大井	善家循環器科 内科医院 ☎086-420-0255 倉敷市茶屋町	寺沢クリニック (内科) ☎281-7211 南区東畦
第4日曜 3月22日	桜のみち内科 クリニック ☎275-2227 中区中井	藤本循環器内科 クリニック ☎222-1505 北区北方一丁目	藤田病院 (内科) ☎943-6555 東区西大寺上 三丁目	熊山診療所 (内科) ☎086-995-1251 赤磐市松木	鳥越医院 ☎284-7211 北区榎津	平田内科医院 ☎086-429-2221 倉敷市茶屋町	さとう内科 クリニック (内科) ☎296-8822 南区藤田
第5日曜 3月29日	くろだクリニック (内科) ☎279-5000 中区下	岡山みなみ クリニック ☎250-5882 南区浜野二丁目	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)※4 ☎086-955-0393 赤磐市下市	あしもり クリニック ☎295-1133 北区下足守	重井医学研究所 附属病院 ☎282-5311 南区山田	ほりぐち医院 (内科小児科) ☎281-9380 南区東畦

※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
※4 赤磐医師会病院内に設置されていますが、運営は医師会本体です。連絡先にご確認ください。