

## 4月の鳥取地域の健診・予防接種など

### 乳幼児健康診査

受付 12:50～14:00 ところ さざんか会館

| 区分                                   | 対象児                           | とき                     |
|--------------------------------------|-------------------------------|------------------------|
| 6カ月児                                 | 平成23年9月生                      | 10日(火)～12日(木)          |
| 1歳6カ月児                               | 平成22年9月生                      | 17日(火)～19日(木)          |
| 3歳児                                  | 平成21年3月生                      | 24日(火)～26日(木)          |
| 2歳児歯科<br>および<br>フッ素塗布                | 平成22年3月生                      | 5日(木)<br>12:30～14:30受付 |
|                                      | 携行品：母子手帳、問診票、<br>歯ブラシ、タオル、コップ |                        |
| 離乳食<br>講習会<br>※事前にお<br>申し込み<br>ください。 | 5～8カ月児                        | 16日(月) 13:30～          |
|                                      | 9～12カ月児                       | 23日(月) 13:30～          |

### BCG接種

対象児 下記および生後6カ月未満で未接種の乳児  
受付 13:00～14:00 ところ さざんか会館

| とき     | 対象児              |
|--------|------------------|
| 6日(金)  | 平成23年12月16日～31日生 |
| 20日(金) | 平成24年1月1日～15日生   |

※生後6カ月までに接種できない場合は、中央保健センターにご相談ください。

### ポリオ生ワクチン投与

対象児 下記および生後90カ月未満で未接種の乳幼児

受付 13:00～14:00 ところ さざんか会館

| とき     | 対象児           |
|--------|---------------|
| 13日(金) | 平成23年5月生(2回目) |
| 27日(金) | 平成23年6月生(2回目) |

■駐車場について さざんか会館の駐車場が満車の場合は、駅南庁舎駐車場(3時間まで無料)をご利用ください。どちらの駐車場も駐車券が発行されますので、受付で提示してください。

### 国保特定保健指導をぜひご利用ください

平成23年度の国保特定健康診査(国保人間ドッグ含む)の検診結果により、生活習慣改善の必要性が高い人に「特定保健指導利用券」を封書で随時お届けしています。

#### 利用券ってどんなもの？

積極的支援：ピンク色の用紙(A4版)

動機づけ支援：黄色の用紙(A4版)

※パンフレットなども同封しています。

#### なぜ利用した方がいいの？

血圧、血糖値などの数値が高くても、自覚症状はありません。

しかし、血管の中は動脈硬化が進んでいる可能性があります。検査の数値が基準値より“少し高い”ものが複数重なると動脈硬化が進み、放置していると、脳卒中や心臓疾患などの重篤な病気を引き起こす危険度が高くなります。

特定保健指導は、今の元気な体でこれからも過ごしていただくために、生活習慣を見直し、無理のないところから改善に取り組むことを、医師、保健師、管理栄養士などが一緒に考え、支援します。

利用方法は、特定保健指導実施機関(医療機関など)で受ける方法と、本市主催の教室や個別相談で受ける方法があります。詳しくは、利用券に同封されているチラシをご覧ください。

#### 問い合わせ先

保健医療福祉連携課 総合健診係

☎ 0857-20-0320

各総合支所市民福祉課(☎ 右記参照)

## 健康 4月

※3月分は2月号に掲載しています。

#### 中央保健センター

BCG・ポリオなど

☎ 0857-20-3191

乳幼児健康診査など

☎ 0857-20-3196

#### 保健医療福祉連携課

がん検診など

☎ 0857-20-0320

#### 国府町総合支所市民福祉課

☎ 0857-39-0557

#### 福部町総合支所市民福祉課

☎ 0857-75-2813

#### 河原町総合支所市民福祉課

☎ 0858-76-3113

#### 用瀬町総合支所市民福祉課

☎ 0858-87-3781

#### 佐治地区保健センター

☎ 0858-89-1024

#### 気高町総合支所市民福祉課

☎ 0857-82-3159

#### 鹿野町総合支所市民福祉課

☎ 0857-84-2013

#### 青谷町総合支所市民福祉課

☎ 0857-85-0012

#### 中央地域包括支援センター

☎ 0857-20-3456

#### こやま地域包括支援センター

☎ 0857-32-2727

#### 南地域包括支援センター

☎ 0858-76-2351

#### 西地域包括支援センター

☎ 0857-82-6571

## みんなで“いのち”を守りましょう

### 3月は自殺対策強化月間です

#### ■悩みを抱え苦しみの中にいる人へ

周囲の人に話す、相談窓口に電話をかける…  
どうか気持ちを誰かに話してください。  
相談することで何かが変わると思います。

#### 鳥取市の相談場所

〈こころの相談〉月～金(祝日除く) 8:30～17:15  
・中央保健センター 保健師 ☎ 0857-20-3194  
・障がい福祉課 保健師 ☎ 0857-20-3474  
・各総合支所市民福祉課 保健師(☎ 右上参照)

#### 〈多重債務などについての相談〉

月～金(祝日除く) 8:30～17:00  
・鳥取市市民総合相談センター(駅南庁舎1階41番窓口)  
☎ 0857-20-3863

#### ■周りの人へ

気づき：家族や仲間の変化に気づいて、声をかける  
傾聴：本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける  
つなぎ：早めに専門職に相談するよう促す  
見守り：暖かく寄り添いながら、じっくりと見守る

本市では「悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る人」を増やすため、出前研修会を開催します。  
少人数での集まりでもかまいません。  
ご希望の場合は下記問い合わせ先までご連絡ください。

#### 問い合わせ先

中央保健センター 健康づくり係 ☎ 0857-20-3194

緊急

火災 ☎119  
救急 ☎119  
事件・事故 ☎110

※当月分と、翌月の7日までの情報を掲載しています。

※やむを得ず当番を変更する場合がありますので、当日の新聞などでご確認ください。

病院  
3月

休日急患歯科診療所

とき 日曜・祝休日 10:00～16:00  
ところ 東部歯科医師会(富安二丁目 歯科技工専門学校内) ☎0857-23-3197

休日当番薬局

いなば調剤薬局的場店 8:30～17:30  
ひまわり薬局 8:30～17:00 フジモト薬局 9:00～20:00  
その他の薬局 9:00～17:00

| 3月       |               |            |              |
|----------|---------------|------------|--------------|
| 4日(日)    | 常田薬局          | 西町二丁目102-1 | 0857-22-4792 |
|          | 鳥取県薬剤師会休日夜間薬局 | 富安一丁目58-1  | 0857-50-1583 |
| 11日(日)   | ひまわり薬局        | 末広温泉町574   | 0857-21-9691 |
|          | たんぼぼ薬局        | 西町一丁目211   | 0857-37-1920 |
| 18日(日)   | 常田薬局          | 西町二丁目102-1 | 0857-22-4792 |
|          | 鳥取県薬剤師会休日夜間薬局 | 富安一丁目58-1  | 0857-50-1583 |
| 20日(祝)   | いなば調剤薬局的場店    | 的場二丁目71    | 0857-51-7667 |
|          | よつば薬局         | 里仁53-7     | 0857-30-3300 |
| 25日(日)   | たんぼぼ薬局        | 西町一丁目211   | 0857-37-1920 |
|          | 鳥取県薬剤師会休日夜間薬局 | 富安一丁目58-1  | 0857-50-1583 |
| 4月(7日まで) |               |            |              |
| 1日(日)    | 常田薬局          | 西町二丁目102-1 | 0857-22-4792 |
|          | 鳥取県薬剤師会休日夜間薬局 | 富安一丁目58-1  | 0857-50-1583 |

夜間・休日急患診療所

※内科、小児科の2診体制で診療を行います。ただし小児科は水曜日は休診、日曜日は月1～2回診療。

とき 月～土曜日 19:00～22:00  
日曜・祝休日 9:00～17:00  
日曜・祝休日 19:00～22:00

ところ 急患診療所(富安一丁目東部医師会館隣)  
問い合わせ先 東部医師会 ☎0857-22-2782

休日救急当番病院

8:30～翌日8:30

| 3月       |       |              |
|----------|-------|--------------|
| 4日(日)    | 市立病院  | 0857-37-1522 |
| 10日(土)   | 赤十字病院 | 0857-24-8111 |
| 11日(日)   | 生協病院  | 0857-24-7251 |
| 18日(日)   | 中央病院  | 0857-26-2271 |
| 20日(祝)   | 市立病院  | 0857-37-1522 |
| 25日(日)   | 赤十字病院 | 0857-24-8111 |
| 4月(7日まで) |       |              |
| 1日(日)    | 生協病院  | 0857-24-7251 |

東部地域がん医療フォーラム

とき 3月25日(日) 13:00～16:30  
ところ とりぎん文化会館 第1会議室  
内容 ▶第1部:「生活の質を高めるケア」～がん患者に寄り添う医療～  
治療中の悩み事相談・口腔ケア・食事・リハビリなど、各病院による取り組みについての紹介  
▶第2部:講演  
「がん患者のQOLを高める医療」～緩和ケアにおけるIVRの役割～  
講師:中村一彦さん(県立中央病院 放射線科部長)  
「がん患者のための口腔ケアのすすめ」  
講師:目黒道生さん(市立病院 歯科医長)  
定員 180人程度 ※参加無料  
問い合わせ先 市立病院 ☎0857-37-1522

夜間小児救急当番病院

日・月・火・木・金・土・祝休日 19:00～22:00  
水 18:30～翌日8:30

|     |                |              |
|-----|----------------|--------------|
| 日曜日 | 急患診療所(東部医師会館隣) | 0857-22-2782 |
| 月曜日 | 急患診療所(東部医師会館隣) | 0857-22-2782 |
| 火曜日 | 急患診療所(東部医師会館隣) | 0857-22-2782 |
| 水曜日 | 生協病院           | 0857-24-7251 |
| 木曜日 | 急患診療所(東部医師会館隣) | 0857-22-2782 |
| 金曜日 | 急患診療所(東部医師会館隣) | 0857-22-2782 |
| 土曜日 | 急患診療所(東部医師会館隣) | 0857-22-2782 |

休日小児救急当番病院

赤十字病院・生協病院 8:30～17:00  
急患診療所 9:00～17:00

| 3月       |                |              |
|----------|----------------|--------------|
| 4日(日)    | 急患診療所(東部医師会館隣) | 0857-22-2782 |
| 11日(日)   | 急患診療所(東部医師会館隣) | 0857-22-2782 |
| 18日(日)   | 急患診療所(東部医師会館隣) | 0857-22-2782 |
| 20日(祝)   | 急患診療所(東部医師会館隣) | 0857-22-2782 |
| 25日(日)   | 赤十字病院          | 0857-24-8111 |
| 4月(7日まで) |                |              |
| 1日(日)    | 急患診療所(東部医師会館隣) | 0857-22-2782 |

「夜間・休日救急診療」情報は、携帯電話からでもご覧いただけます。  
<http://www.city.tottori.lg.jp/mobile/>



携帯電話カメラのバーコードリーダーで読み込むと市役所携帯サイトにリンクされます。  
トップメニュー→ジャンルから検索→2. 夜間・休日救急診療のあと、ご希望の連絡先を選択してください。