

# 健康のページ

〒700-8546 北区鹿田町一丁目1-1  
岡山市保健所 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

## 診療一ロメモ 健康ちょっといい話

### 「がん」と「痛み」

岡山市内医師会連合会

少しショッキングな話をします。

日本人の死因の第一位は「がん」です。日本人の、2人に一人が、がんにかかり、3人に一人が、がんで亡くなります。今日本でがんにかかる、がんで亡くなることは一般的なことです。

さて、進行がんの患者さんとお話すると「がんで死ぬこと自体は仕方ないけど、痛みだけは何とかして欲しい」と言われることがよくあります。実際、がんの患者さんの7～8割は何らかの痛みを訴えられます。がん患者さんの不安の一つは「痛み」です。

がんが進行して痛みが出た場合、痛み止めを使います。通常の痛み止め（カロナール、ロキソニン、ボルタレン等）から開始します。それでも痛みが取れない場合には、麻薬性鎮痛薬の出番です。麻薬と聞くと怖いイメージがあるかも知れませんが、痛みに対する麻薬は非常に効果的ですから、積極的に使うことをおすすめします。副作用の少ない薬もあります。そして、放射線治療も、痛みに対して非常に有効です。がんによる痛みがあれば、是非一度放射線治療科の医師に相談してみてください。

これらを組み合わせることで、がんの痛みはコントロールできることが多いため、がんが進行してもあわてずに、担当の先生とよく相談して下さい。



## 集団検診での感染対策にご協力ください

- ・発熱などの体調不良がある場合は来場をご遠慮ください。
- ・来場前の体温測定・来場時のマスク着用をお願いします。

## 結核・肺がん検診

対 40歳以上（昭和59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被保険者証持参者は200円、無料券持参者は無料）

結核・肺がん検診票、本人確認書類

地区	月日	受付時間	場所
可知	7月10日	9:00～10:00	可知小学校
		10:30～10:45	(益野町) デイサービスセンター おかもままかり苑 駐車場
		11:15～11:30	中川町 河野フード
豊	7月10日	13:50～14:20	J A岡山 豊支所
西大寺	7月10日	15:00～16:00	東区保健センター
竹枝	7月13日	9:40～10:10	トランスポート御津 駐車場
		10:35～10:50	土師方集会所
		11:15～11:35	竹枝コミュニティハウス
福渡	7月13日	13:00～14:10	北区役所建部支所（北区北保健センター建部分館）
		9:45～10:00	鶴田連絡所
		10:15～10:25	旧鶴田幼稚園
	8月17日	10:45～10:55	上代上倉庫
		11:15～11:25	角石畝文化センター
		11:40～11:50	長尾農村活性化センター
		13:20～13:30	三明寺集会所
		14:00～14:15	品田地区集会所
		8月18日	11:05～11:25
	11:40～12:00		川口地区集会所
	13:30～13:40		平井集会所
	14:10～14:20		川口集会所（野口）
14:40～15:10	下神目地区集会所		
15:25～15:40	下神目上集会所		
建部	7月13日	14:50～15:20	建部町文化センター
	8月17日	14:40～14:55	久具公会堂
	8月18日	9:30～9:40	大田上（伊丹晴紀さん宅敷地内）
		9:55～10:05	大田分校跡
竜之口	7月14日	9:00～9:40	四御神スポーツ広場（古田内科小児科医院隣）
		10:00～10:20	(土田) 光藤住宅
		10:40～11:20	竜之口コミュニティハウス
三門	7月14日	13:30～14:30	ニシナフードバスケット 三門店
		15:00～15:30	岡西公民館
7月18日	13:00～13:20	三門公園	
	大野	7月18日	9:30～9:50
10:20～10:40		矢坂公会堂	
11:10～11:30		大野コミュニティハウス	
小串	7月19日	9:00～9:20	阿津ひだまりの里広場
		9:40～9:50	小串コミュニティハウス 玄関前
		10:10～10:20	向小串ふれあい館 玄関横（ダイマル石油裏）

甲浦	7月19日	10:50~11:05	甲浦コミュニティハウス 駐車場
		11:25~11:50	一番堂遊園地前
南輝	7月19日	13:20~14:20	福南中学校 正門内
		14:45~15:15	南輝町公民館
		15:40~16:10	あけぼの公園
内山下	7月25日	9:00~9:30	中国電力 駐車場
御野	7月25日	10:00~10:30	オルセーメゾン山川 駐車場 (OHK岡山放送付近)
		10:50~11:20	御野幼稚園 北付近 (北方東本町遊園地)
		13:00~13:40	岡北中学校 体育館南
		14:00~14:40	三野浄水場 入り口
		15:00~15:30	宿公会堂付近
大井	7月26日	9:30~9:40	大井児童館駐車場 (福祉交流プラザ大井前)
足守	7月26日	10:10~10:50	足守公民館
		11:20~11:30	(中村) 公会堂前
		13:00~13:20	もみの木保育園駐車場
		13:50~14:10	足守コミュニティハウス
		14:40~14:50	(上土田) 公会堂前
興除	7月27日	9:30~10:30	ローソン 岡山興除店
		11:00~11:30	興除園
		13:00~13:20	興除コミュニティハウス
		14:40~15:00	中畦学校地公会堂
		15:30~16:00	興除公民館
曾根	8月1日	10:00~10:40	曾根小学校
		11:10~11:30	榊山陽米肥広場
三敷	8月1日	13:30~14:00	操山公民館
		14:30~15:00	三敷小学校 体育館前
		15:30~16:00	岡大附属小学校 正門内
陵南	8月9日	9:00~10:00	ハローズ 花尻店
		10:20~10:50	陵南小学校 正門内
		11:10~11:30	水道局 西管路整備課庁舎前 (旧西水道センター)
		11:50~12:10	西花尻 難波嗣郎(里江子)さん宅
古都	8月9日	14:00~14:20	古都コミュニティハウス
七区	8月21日	10:40~11:00	西紅陽台分館(ふれあい会館)
		11:30~11:40	七区コミュニティハウス
芳明	8月21日	13:00~13:30	芳田中学校 正門前
		14:00~14:30	芳明小学校 正門前
		15:00~15:30	芳田公民館 駐車場
		16:00~16:30	旭電業(株) 社屋前
芳泉	8月29日	8:40~9:30	【2台】南ふれあいセンター
		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
		13:50~14:20	当新田団地 中央集会所
福浜	8月29日	10:30~11:20	マルナカ福富店
		13:00~13:40	わたなべ生鮮館 福富いちば店 駐車場
		14:10~15:10	ホームセンターダイキ 豊浜店 駐車場

## 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4年1月生、3歳児健診=令和2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  
申 H P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
8月18日	各日2回開催 ①11:00~12:00	北区北保健センター	7月18日
8月29日	②14:00~15:00	南区南保健センター	7月29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	開催時間	場所
8月3日	13:30~15:00	東区保健センター
8月23日	13:30~15:00	北区中央保健センター
8月25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。  
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3日	9:30~12:30	北区中央保健センター
7月18日	13:30~16:30	北区北保健センター
7月20日	13:30~16:30	中区保健センター
7月21日	9:30~12:30	南区西保健センター
7月24日	13:30~16:30	東区保健センター
7月27日	13:30~16:30	南区南保健センター

(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。

(広告)

### 庭木1本から承ります!



**お約束**

- 庭木1本より明瞭料金 土日でもOKです
- トイレはお借りしません
- お茶はご遠慮します

見積無料

市民のひろば 子育て 子育てのひろば

生垣剪定(長さ1m高さ2m)  
通常2,200円を ※5/1よりスタート!  
先着10名様 **1,100円!** (※税込)

1本からの剪定サービス **ガーデンエクスタプレス**

岡山東区店 岡山市東区西大寺東3-4  
岡山中区店 岡山市中区江並41 営業時間 9:00~17:00

お見積り・お問い合わせはお電話もしくは2次元コードから **0120-61-4128**

### 相続税の準備は大丈夫ですか?

こんな事で悩んでいませんか?

- 将来の相続に備えて相談(相続対策)したい!
- 相続税がかかるのかわからず、何から手続きしたらいいのかわからない!
- 相続があったのだけど、誰に相談していいのかわからない!

**相続専門の税理士にお任せください!**

相続税・贈与税の **無料相談受付中!!**

まずはお気軽にお問い合わせください。

**☎086-226-5265**

【受付時間/平日 9:00~18:00】※相談時間は1時間

税理士法人 **吉井財務研究所**

岡山市北区青江一丁目4番16号

お客様の一人ひとりに合った的確なサポートをします!

相続 吉井財務 検索

# 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、詳細についてはお問い合わせください。



## 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

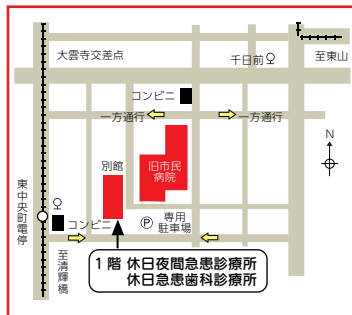
9:30~11:30、12:30~16:30、  
20:00~22:30

#### 【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5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5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2日	氏平医院 (内科) ☎272-1372 中区古京町一丁目	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	岩藤胃腸科外科 歯科クリニック ☎952-1166 東区瀬戸町沖	山下クリニック (内科) ☎284-5511 北区櫛津	せのお病院 (内科) ☎282-1211 南区妹尾	さとう内科 クリニック (内科) ☎296-8822 南区藤田
第2日曜 7月9日	三田医院 (内科) ☎272-7770 中区門田屋敷一丁目	酒井内科 小児科 (内科) ☎255-2131 北区白石西新町	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) ☎086-955-0393 赤磐市下市	西村内科 小児科医院 ☎287-6886 北区加茂	中島病院 ☎282-0218 南区妹尾	みやけ内科 クリニック (内科) ☎296-7778 南区藤田
第3日曜 7月16日	原おとな子ども クリニック (内科) ☎277-8233 中区藤崎	たなか内科 診療所 ☎259-1551 北区田中	すどうクリニック (内科) ☎942-3890 東区西大寺中野	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	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17日	内科小児科 吉岡医院 ☎275-4111 中区国府市場	いのくち内科 クリニック ☎253-8000 北区大安寺東町	野田内科医院 (内科) ☎278-3318 東区藤井	石原医院 ☎952-0162 東区瀬戸町瀬戸	マスカット内科 クリニック (内科) ☎294-7111 北区菅野	そうしんクリニック 茶屋町 ☎086-428-9000 倉敷市茶屋町	うちおグリーン クリニック (内科) ☎282-5722 南区内尾
第4日曜 7月23日	吉岡内科医院 (内科) ☎272-0353 中区国富	たつみ内科 クリニック ☎246-6500 北区辰巳	藤原内科 循環器科医院 (内科) ☎942-2173 東区西大寺東三丁目	熊山診療所 (内科) ☎086-995-1251 赤磐市松木	森脇内科医院 ☎253-1567 北区津高	木村医院 (内科小児科) ☎086-482-0028 早島町早島	ほりぐち医院 (内科小児科) ☎281-9380 南区東畦
第5日曜 7月30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	岡田メディカル クリニック (内科) ☎255-2345 北区伊福町三丁目	岡村一心堂病院 (内科) ☎942-9900 東区西大寺南二丁目	あかいわ☆瀬戸 休日内科診療所 (内科) ☎086-955-0393 赤磐市下市	えばらクリニック ☎287-3300 北区加茂	庭瀬ファミリー クリニック ☎903-4114 北区平野	寺沢クリニック (内科) ☎281-7211 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