



# 平日夜間・休日の救急診療はまず 小笠掛川急患診療所

希望の丘内・中部ふくしあ棟2階（入口別・杉谷南1-1-30）

※急病以外は、通常の診療時間内に開業医を受診してください。  
※急患診療所では、交通事故と労災の診察をお受けできません。

月～金曜日（平日夜間） ●受付時間 19:00～21:30

診療科：内科、小児科

土曜日 ※急患診療所は休み・市内の開業医へ

診療案内 中央消防署（☎21-0119）  
市役所日直（☎21-1111）

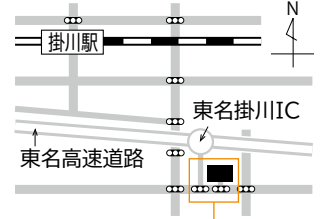
日曜日・祝日・年末年始（12/29～1/3） ●受付時間 9:00～11:30、13:00～16:30

診療科：内科、小児科、外科、歯科（午前のみ）

各医療機関の診療案内は令和6年7月号折り込みの「保存版」  
または右の二次元コードから市ホームページをご覧ください



発熱などの  
症状がある方は  
受診前に連絡を！  
☎61-1299



急な発熱や病気、けがで夜間または祝日に受診を迷ったとき、まずはお電話を。医師や看護師が相談に応じます。

## 静岡子ども救急電話相談 #8000

（おおむね15歳未満の方が対象）

- 固定電話（プッシュ回線）・携帯電話⇒☎#8000
- 固定電話（ダイヤル回線）・IP電話⇒☎054-201-9910
- 年中無休・24時間対応

## 静岡県救急安心電話相談窓口 #7119

（おおむね15歳以上の方が対象）

- 固定電話（プッシュ回線）・携帯電話⇒☎#7119
- 固定電話（ダイヤル回線）・IP電話⇒☎054-204-7119
- 平日：18時～翌8時 ●土曜日：13時～翌8時 ●日曜日・祝日：8時～翌8時（終日）

※中東遠総合医療センター（☎21-5555）の救急医療は原則、入院や手術の必要な重症患者が対象です。  
また、初診の方で、紹介状のない方は特定初診料7,700円（税込み）がかかります。



# 1月の子育て・健康案内

徳育：徳育保健センター（御所原）  
大東：大東保健センター（三俣）

- ・健診、講座の問い合わせ 健康医療課（☎23-8111）
- ・子育てコンシェルジュへの相談 子ども政策課（☎21-1211）

## 保健師だより

### 飲み会シーズン！お酒の飲みすぎには注意

年末年始は忘年会・新年会シーズンでお酒を飲む機会が増える時期です。お酒をおいしく飲み続けるには、節度のある適切な飲酒が大切になります。この機会にもう一度、お酒との付き合い方を考えてみましょう。

適正量ご存じですか？

1日純アルコールで約20g程度（純アルコール量約20gの目安）

ビール：	アルコール度数	5度	500ml
ワイン：	//	14度	180ml
日本酒：	//	15度	180ml
ウイスキー：	//	43度	60ml
缶チューハイ：	//	5度	500ml

イベントでお酒をたくさん飲むときは

- ・水やお茶などアルコールを含まない水分（お茶、水など）を一緒に飲む。
- ・お酒を飲む前に少し食べたり、おつまみを一緒に食べる。
- ・あらかじめ飲む前に飲む量を決めておく。（飲みすぎ予防につながります）

事業名称・受付時間	日	曜	対 象	会場	
健診・相談・予防接種説明会 9:45～10:00	7	火	令和6年 11月出生児	徳育	
6か月児健康相談 9:15～9:45	10	金	令和6年 6月出生児	徳育	
	16	木			
	21	火			
1歳6か月児健診 13:00～13:30	8	水	令和5年3月～6月出生児	大東	
	10	金	令和5年 6月出生児	徳育	
	15	水			
2歳2か月児健診 13:00～13:30	9	木	令和4年 10月出生児	徳育	
	20	月			
	22	水			
3歳児健診 13:00～13:30	14	火	令和3年 12月出生児	徳育	
	16	木			
	21	火			
セパ ミナ ママ	両親育児編 13:15～13:30	23	木	出産を控えた夫婦	徳育
	絵本・栄養編 9:15～9:30	28	火		
教離 乳 室食	もぐもぐ教室 9:15～9:30	29	水	生後4～8か月児の親	徳育
	かみかみ教室 9:45～10:00	24	金	離乳食の後期～完了期でお困りの方	



詳細・予約はこちら

※転入された方へ 高校3年生相当年齢以下の子どもがいる保護者の方で、まだ予防接種の手続きを済ませていない方は、母子健康手帳と保護者の本人確認書類を持って徳育保健センターへお越しください。

●年末年始は医療機関が混雑します。地域の救急医療を守るため「感染対策」「市販薬の準備」「予防接種の検討」などにご協力をお願いします。