

鳥取市保健所（駅南庁舎）  
保健医療課  
☎ 0857-30-8532  
☎ 0857-20-3962  
予防接種  
☎ 0857-30-8640  
健康・子育て推進課  
☎ 0857-20-3965  
乳幼児健康診査など  
☎ 0857-30-8585  
子育て相談ダイヤル  
☎ 0857-20-3203  
健診・がん検診など  
☎ 0857-20-0320  
☎ 0857-20-3965

こども家庭相談センター（駅南庁舎）  
子育て相談ダイヤル  
☎ 0857-36-0505  
☎ 0857-20-0144

各総合支所市民福祉課  
国府町 ☎ 0857-39-0557  
☎ 0857-27-3064  
福部町 ☎ 0857-75-2812  
☎ 0857-74-3714  
河原町 ☎ 0858-76-3113  
☎ 0858-85-0672  
用瀬町 ☎ 0858-87-3781  
☎ 0858-87-2270  
佐治町 ☎ 0858-88-0212  
☎ 0858-89-1552  
気高町 ☎ 0857-82-3159  
☎ 0857-82-1067  
鹿野町 ☎ 0857-84-2013  
☎ 0857-84-2598  
青谷町 ☎ 0857-85-0012  
☎ 0857-85-1049

鳥取東保健センター（国府町総合支所）  
予防接種・健診など  
☎ 0857-25-5008  
☎ 0857-25-5023

鳥取中央地域包括支援センター  
☎ 0857-20-3457  
☎ 0857-20-3906

鳥取北地域包括支援センター  
☎ 0857-20-2205  
☎ 0857-20-2206

鳥取西地域包括支援センター  
☎ 0857-50-0717  
☎ 0857-50-0721

鳥取東地域包括支援センター  
☎ 0857-30-5711  
☎ 0857-30-5712

鳥取こやま地域包括支援センター  
☎ 0857-32-2727  
☎ 0857-31-3270

鳥取市南部地域包括支援センター  
☎ 0858-76-2351  
☎ 0858-76-2352

鳥取市西部地域包括支援センター  
☎ 0857-30-7780  
☎ 0857-30-7781

## ●新型コロナウイルス感染拡大防止のためお願い●

- 体調不良時の検診はお控えください。当日、検温・体調・行動歴などの問診結果によっては受診・受講ができない場合があります。
- マスク着用にご協力をお願いします。
- 密集・密接を避けるため、待ち時間が長くなる場合があります。
- 検診や講座など、中止・延期・内容が変更になる場合があります。最新の情報は、本市公式ホームページか、各問合せ先にご確認ください。

## 2月の鳥取地域の健診など

※1月分は12月号に掲載しています。

駅南庁舎駐車場(3時間まで無料)をご利用ください。駐車券が発行されますので、受付で提示してください。

### 乳幼児健康診査

受付 [駅南庁舎 1階] 12:50～14:00 [鳥取東] 12:40～13:20

区分	対象児	とき	
		駅南庁舎(さざんか会館隣)	鳥取東保健センター
6カ月児	R2年7月生	8日(月)～10日(水)	2日(火)
1歳6カ月児	R元年7月生	16日(火)～18日(木)	12日(金)
3歳児	H30年1月生	22日(月)・24日(水)・25日(木)	19日(金)
2歳児歯科およびフッ化物塗布	H31年1月生	4日(木) 12:45～14:00 受付	5日(金) 13:00～14:00 受付
離乳食講習会 ※要申込み	5～6カ月児	5日(金) ①13:15～、②14:45～	
	9～12カ月児	26日(金) 13:30～	

※東中学校区、桜ヶ丘中学校区のお子さんの乳幼児健康診査は鳥取東保健センター（国府町総合支所内）で行っています。  
※離乳食講習会申込み開始日：1月5日（火）  
申込みは 駅南庁舎健康・子育て推進課 ☎ 0857-30-8582 ☎ 0857-20-3965

## 集団検診・休日検診のご案内

☎ 駅南庁舎健診推進室 ☎ 0857-20-0320 ☎ 0857-20-3965

### 集団検診

《検診内容》  
特定健診、肝炎、胃がん、肺がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がん、骨粗しょう症予防  
※特・胃・子宮頸・乳は**健診推進室に要予約**  
※大腸がん採便容器は当日渡し  
ところ 鳥取県保健事業団健診センター

とき(2月)	健診内容	受付時間
3日(水)	子乳骨大	13:30～14:30
5日(金)	特肝胃肺大乳	13:30～15:00
10日(水)	子乳骨大	13:30～14:30
12日(金)	特肝胃肺大子乳	13:30～15:00
19日(金)	特肝胃肺大乳	13:30～15:00
24日(水)	子乳骨大	13:30～14:30
25日(木)	子乳骨大	13:30～14:30
26日(金)	特肝胃肺大子乳	13:30～15:00

### 休日検診【完全予約制】

検診日 2月21日(日) 午前・午後  
ところ 鳥取県保健事業団健診センター  
予約先 健診推進室  
《検診内容》特定健診、肝炎、胃がん、肺がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がん  
※採便容器は事前送付

## 特定健診・がん検診は 2月28日まで

検診を受診する時には「特定健診受診券・がん検診受診券（または無料クーポン券）」が必要です。紛失された場合、再発行しますので、ご連絡ください。

☎ インターネットで鳥取市  
集団検診の予約ができます！

## ■夜間・休日急患診療所【内科、小児科】

とき 夜間(毎日) 19:00～22:00  
日曜・祝休日 9:00～17:00  
※1月1日(金・祝)～1月3日(日)は昼間も開業  
ところ 急患診療所(富安一丁目東部医師会館前)  
☎ 東部医師会 急患診療所 ☎ 0857-22-2782  
(診療時間内のみ)

※救急医療は、夜間や休日などに急病やケガですぐ治療が必要な患者さんのために整備されています。あくまで緊急事態に備えるもので、限られた医療スタッフで運営されています。なるべく医療機関の通常の診療時間内に受診しましょう。

## ■休日急患歯科診療所

とき 日曜・祝休日 10:00～16:00  
※1月1日(金・祝)～1月3日(日)は開業  
ただし1月1日(金・祝)は13:00～16:00  
ところ 東部歯科医師会  
(富安二丁目 歯科技工専門学校内)  
☎ 東部歯科医師会 ☎ 0857-23-3197

## 休日救急当番病院・休日開局薬局

※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。

新型コロナウイルス感染症の感染が疑われる場合で、かかりつけ医が休診のときは、受診相談センター（103）にご相談ください。

### ■休日救急当番病院(8:30～翌8:30) ※入院治療を要するような重い病気やケガの患者さんを受け入れるための当番病院です。

県立中央病院(江津730) ☎ 0857-26-2271	1月2日(土)、10日(日)、 31日(日)	生協病院(末広温泉町458) ☎ 0857-24-7251	1月17日(日)、2月7日(日)
市立病院(的場一丁目1) ☎ 0857-37-1522	1月3日(日)、11日(祝)	鳥取赤十字病院(尚徳町117) ☎ 0857-24-8111	1月1日(祝)、9日(土)、 24日(日)

### ■日曜日・祝日に開局している薬局

鳥取県薬剤師会休日夜間薬局 ☎ 0857-50-1583	時 9:00～17:00
イオン薬局鳥取店 ☎ 0857-21-3029	時 9:00～21:00
イオン薬局鳥取北店 ☎ 0857-38-3305	時 9:00～21:00
徳吉薬局日赤前 ☎ 0857-51-1822	時 8:30～19:00
ドラッグストアエース スーパーモール鳥取店 ☎ 0857-39-8710	時 9:00～20:00

### ■祝日に開局している薬局(日曜日は休業)

イヌイ薬局宮長店 ☎ 0857-53-5805	時 9:00～18:00
鳥取中央薬局 ☎ 0857-24-0154	時 9:00～22:00
株林ほんどおり薬局 ☎ 0857-22-5393	時 8:00～14:00
よつば薬局 ☎ 0857-30-3300	時 8:30～19:00

※年末年始の開局内容の詳細は、鳥取県薬剤師会休日夜間薬局および各薬局までお問い合わせください。

## 家族教室・専門相談のご案内

☎ 駅南庁舎心の健康支援室  
☎ 0857-22-5616 ☎ 0857-20-3962  
【アルコール・薬物・ギャンブル等家族教室】  
とき 1月8日(金) 13:30～15:00 ※予約不要  
ところ さわやか会館3階第2研修室  
内容 ミニ講話『家族のできることは?』、話し合い  
講師：林 敏昭さん(渡辺病院看護師)  
対象 ご家族のアルコール・薬物・ギャンブルなどで  
お困りの人(ご本人はご遠慮ください)

【アルコール・薬物・ギャンブル等専門相談】  
とき 1月8日(金) 15:00～16:00  
(1人30分) ※前々日までに要予約  
ところ さわやか会館3階第1研修室  
対象 アルコール・薬物・ギャンブルなどでお困りの  
人 ※関係者からの相談も可能

【ひきこもり家族教室】  
とき 1月19日(火) 10:00～12:00 ※予約不要  
ところ さわやか会館3階多目的室  
内容 テーマ：「ひきこもりからの回復～ひきこもり  
経験者からのメッセージ」  
講師：ひきこもりの経験者  
対象 ひきこもり状態にある人の家族  
※個別の相談にも応じます(要予約)

## 冬に多いヒートショックに注意

☎ 駅南庁舎健康・子育て推進課  
☎ 0857-30-8581 ☎ 0857-20-3965

ヒートショックは、暖かい室内から寒い廊下に移動したり、寒い脱衣所で着替えた後に暖かい湯船につかったりするなど、急激な温度変化によって血圧が大きく変動することをきっかけに起こる健康被害を言います。

血圧の急激な変化は、心臓や血管に負担をかけ、脳卒中や心筋梗塞、失神などを起こし、入浴中の溺死や急死につながる場合があります。65歳以上の高齢者や高血圧、糖尿病、脂質異常症がある人は、血圧の変化が起きやすいのでより注意が必要です。

### ■入浴時のヒートショックを防ぐ6箇条

- ①入浴前に脱衣所や浴室を暖めましょう。
- ②お湯を沸かす際は、41度以下、入浴時間は10分までを目安にしましょう。
- ③湯船から急に立ち上がらないようにしましょう。
- ④飲酒後すぐ、また、食後すぐの入浴は控えましょう。
- ⑤精神安定剤、睡眠薬などを服用した後は注意して入浴しましょう。
- ⑥同居する家族がいる場合は一声かけてから入浴し、家族はいつもより入浴時間が長ければ声を掛けましょう。