

急病のとき



総社市
ホームページ



■救急告示病院

夜間など時間外に救急の診察が必要なときに受診できます。

受診前に、必ず電話でご確認ください。

- 森下病院 (駅前一丁目 ☎0866-92-0591)
- 薬師寺慈恵病院 (総社一丁目 ☎0866-92-0146)
- 長野病院 (金井戸 ☎0866-92-2361)

※その日の当番医の専門性によっては、全ての病気に対応できないことがあります

■休日の当番医

『広報そうじゃ』、市のホームページ、音声ガイダンス (日曜日・祝日の当番医のみ) (☎0866-92-1998) で案内しています。

日曜日・祝日の当番医

診療時間 午前9時から午後5時まで
(受付は午後4時30分まで)

日曜日の歯科診療

診療時間 午前9時から正午まで

■小児救急電話相談

#8000 または 086-801-0018

子どもの夜間の急な症状への対処や病院を受診した方が良いのか判断に迷った時は、小児科医師や看護師が電話で相談に応じます。

対象 県内にお住まいのおおむね15歳以下のお子様の保護者の方

相談日時 ◎平日……午後7時から翌朝8時まで
◎土曜日……午後6時から翌朝8時まで
◎日曜日、祝日、年末年始(12月29日から1月3日)……午前8時から翌朝8時まで

気になる症状があるとき

**消防・救急
なんでも相談電話**
(☎0866-93-1119)

こどもの救急
ホームページ



令和8年度

『広報そうじゃ』4月号別冊

健康 カレンダー



保存版

おとな

総社市の健診(検診)の受け方	… P2
健診(検診)の内容・注意事項	… P3
医療機関での健診(検診)	… P4
人間ドックの費用給付(国保・後期)・ 検査結果の情報提供(国保)	… P5
集団健診(検診)	… P6~9
・国保特定健診 ・後期高齢者健診 ・がん総合検診 ・地区検診(大腸がん検診・肺がん検診)	
その他の検診(歯周疾患検診)	… P8
高齢者の定期予防接種	… P10~11
健康づくり・健康サポート	… P12~13

こども

妊娠・出産 総社市で実施している費用助成事業	… P14
産後のお母さんのために・乳幼児健康診査	… P15
子どもの予防接種	… P16
子育ての相談・こどもの発達の相談・ そうじゃ式早期一貫サポートシステム	… P17
親子交流の場・子育てサポート	… P18

その他

こころの健康づくり・ 岡山県備中保健所からのお知らせ	… P19
急病のとき	… 裏表紙

総社市ホームページ

<https://www.city.soja.okayama.jp/>



健康カレンダーは、インターネットでもご覧いただけます。

総社市 健康カレンダー **検索**

会場マップ(市役所周辺)



集団健診(検診)

■予約開始日

Webおすすすめです!
24時間予約可能!

集団健診は必ず予約が必要です。*定員になり次第受付終了

	Web	電話 ☎0866-92-8259	郵送
国保特定健診	5月22日(金) 8:30~ 市のホームページ (下記QR)から 申し込みください 	6月5日(金) 8:30~	5月28日(木) 必着 ※先着順ではありません 【提出物】 ①申込書(第1~3希望まで 必ず記入してください) ②受診券 (国保:黄色、後期:緑色)
後期高齢者健診		6月4日(木) 8:30~	
がん総合検診		6月3日(水) 8:30~	

【郵送先】〒719-1192 総社市中央一丁目1番1号 総社市役所 健康増進課

■料金

健診(検診)の種類	対象年齢 (令和9年3月31日時点)	自己負担額	
		70歳未満	70歳以上
国保特定健診	40~74歳	1,400円	700円
後期高齢者健診	75歳以上	700円	
胃がん(エックス線)	40歳以上	1,300円	600円
大腸がん	40歳以上	500円	300円
肺がん	胸部エックス線	40歳以上	700円
	喀痰細胞診	50歳以上	900円
子宮頸がん	20歳以上(女性のみ)	1,300円	700円
乳がん (マンモグラフィ)	40歳以上(女性のみ)	40~49歳	1,800円
		50~69歳	1,300円
腹部超音波検査	40歳以上	1,200円	
前立腺がん	40歳以上(男性のみ)	700円	
肝炎ウイルス検診	40歳以上	800円	
	40・45・50・ 55・60・65歳	無料	
骨粗しょう症検診	40・45・50・55・ 60・65・70歳(女性のみ)	800円	300円

【健診(検診)料金の費用免除の手続き】

対象: 69歳以下で市民税非課税世帯の人(一部免除)、生活保護世帯の人(全額免除)
 申請方法: 健診(検診)受診2週間前までに、Web、窓口または郵送のいずれかの方法で申請してください。
 ※腹部超音波検査、肝炎ウイルス検診、前立腺がん検診は免除の対象外



●問い合わせ 健康増進課 (☎0866-92-8259)

国保特定健診

【1】充実コース(国保特定健診+9項目から選択)

【受診可能な項目】

- 胃がん検診
- 大腸がん検診
- 肺がん検診
- 子宮頸がん検診
- 乳がん検診
- ★は胃がんなし
- 腹部超音波検査
- 前立腺がん検診
- 肝炎ウイルス検診
(過去に受けたことがない人)
- 骨粗しょう症検診

【2】お手軽コース(国保特定健診+4項目から選択)

【受診可能な項目】

- 大腸がん検診
- 肺がん検診
- 前立腺がん検診
- 肝炎ウイルス検診
(過去に受けたことがない人)

月	日	曜日	時間	場所
7	14	火	8:00~10:00	山手公民館
	30	木		久代分館
9	9	水	8:00~10:00	清音福祉センター
	28	月		久代分館
10	6	火	8:00~10:00 ★13:00~14:20	清音福祉センター
	22	木	8:00~10:00	サントピア岡山総社
	25	日		清音福祉センター
	30	金		昭和公民館
11	30	月	★13:00~14:20	清音福祉センター
12	4	金	8:00~10:00	阿曾分館
1	15	金	8:00~10:00	清音福祉センター
	19	火		久代分館

月	日	曜日	時間	場所
9	18	金	8:20~10:30	サンワーク総社
12	18	金		

朝に短時間で終わらせたい方へオススメ!

【3】ぱ!ぱっと!コース(国保特定健診のみ)

【受診可能な項目】

- 肝炎ウイルス検診
(過去に受けたことがない人)
- 前立腺がん検診

月	日	曜日	時間	場所
9	18	金	7:30~8:00	サンワーク総社
12	18	金		

【受診時の注意点】

国保特定健診は「総社市国民健康保険加入中の人」のみ受診可能です。
 受診時に総社市国民健康保険加入中でなければ、全額自己負担となります。
 今年度75歳になる人は、誕生日当日からは後期高齢者健診の対象となりますので予約時にご注意ください。

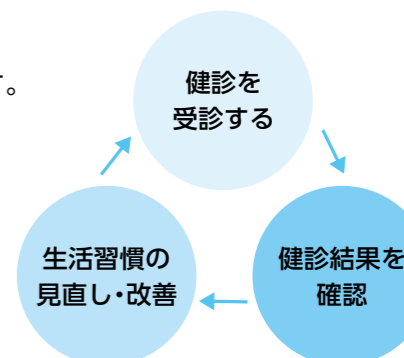


健康コラム

1年に1回 健診を受けて、結果を活用しましょう!

生活習慣病やがんの初期では、自覚症状がほとんどありません。症状が現れたときには、すでに重症化している可能性があります。1年に1回は健診を受けて、身体の状態をチェックしましょう!

そして、健診は「受けたあと」が大切です。結果はすぐに確認し、「要精密検査」「要医療」の判定があれば早急に受診してください。また、結果は生活習慣の見直し・改善に活かしましょう。



総社市の健診(検診)の受け方
 健診検査の内容・注意事項
 医療機関での健診(検診)
 集団健診(検診)
 高齢者の定期予防接種
 健康サポート
 妊婦・出産費用助成事業・産後の
 お母さんのために・乳幼児健康診査
 子どもの予防接種・歯の検診・子どもの
 運動検診・式部町子育てサポート
 の健康づくり・保健所のお知らせ

集団健診(検診)

●問い合わせ 健康増進課 (☎0866-92-8259)

後期高齢者健診

予約方法・日程

◎ Web
5月22日(金) 8:30 開始



◎ 電話 (☎0866-92-8259)
6月4日(木) 8:30 開始

◎ 郵送
5月28日(木) 必着

【1】充実コース (後期高齢者健診+8項目から選択)

【受診可能な項目】

★は胃がん・腹部超音波なし

- 胃がん検診
- 子宮頸がん検診
- 前立腺がん検診
- 大腸がん検診
- 乳がん検診
- 肝炎ウイルス検診
- 肺がん検診
- 腹部超音波検査 (過去に受けたことがない)

【2】しっかりコース (後期高齢者健診+6項目から選択)

【受診可能な項目】

★は胃がん・腹部超音波なし

- 胃がん検診
- 腹部超音波検査
- 大腸がん検診
- 前立腺がん検診
- 肺がん検診
- 肝炎ウイルス検診 (過去に受けたことがない)

月	日	曜日	時間	場所
9	30	水	8:00~10:00	清音福祉センター
			★13:00~14:20	
11	27	金	8:00~10:00	久代分館
			★13:00~14:20	
12	4	金	8:00~10:00	阿曾分館
			★13:00~14:20	
12	9	水	8:00~10:00	清音福祉センター
			★13:00~14:20	

月	日	曜日	時間	場所
9	16	水	8:00~10:00	久代分館
10	29	木	8:00~10:00	昭和公民館
11	24	火	8:00~10:00	山手公民館
12	18	金	★13:00~14:20	サンワーク総社

その他の検診(歯周疾患検診)

総社市
ホームページ



【対象者】 20・30・40・50・60・70歳、75～79歳の人
※対象の人には5月下旬に受診券を送付します

【料金】 900円

【内容】 医療機関で口腔内の診察及び指導(全員)、口腔機能検査及び指導(60歳以上)

【医療機関】 市内の吉備歯科医師会所属の医療機関

【持参品】 歯周疾患検診受診券(もも色)・検診料金・マイナ保険証または資格確認書

【検診期間】 6月1日(月)～令和9年2月28日(日)

健康コラム

受けていますか? 定期的な歯科検診

歯が痛くなったときだけ歯科医院へ行っていませんか?
歯を失う原因の7～8割が歯周病です。歯周病は歯を失うだけでなく、生活習慣病を悪化させるなど、全身の疾患と関係します。進行するまで自覚症状が少ないため、**定期的なチェックが必要**です。かかりつけ歯科医がない人は、この機会にぜひ検診を受診しましょう。

口腔機能検査では、発音や嚥下など加齢・疾患によるお口の機能低下の早期発見を行うことができます。お口の機能低下(オーラルフレイル)は、身体の機能低下(フレイル)にも繋がります。定期的な歯科検診でいつまでも健康に過ごしましょう!



がん総合検診

予約方法・日程

◎ Web
5月22日(金) 8:30 開始



◎ 電話 (☎0866-92-8259)
6月3日(水) 8:30 開始

【1】充実コース (9項目から選択)

受付時間 8:00~10:00

【受診可能な項目】

- 胃がん検診
- 子宮頸がん検診
- 前立腺がん検診
- 大腸がん検診
- 乳がん検診
- 肝炎ウイルス検診 (過去に受けたことがない)
- 肺がん検診
- 腹部超音波検査
- 骨粗しょう症検診

月	日	曜日	場所
11	4	水	清音福祉センター
	13	金	久代分館
12	6	日	山手公民館
	10	木	清音福祉センター
1	21	木	山手公民館

【3】レディースコース (2項目から選択)

【受診可能な項目】

- 子宮頸がん検診
- 乳がん検診

月	日	曜日	時間	場所
7	7	火	9:30~11:00	サンワーク総社
			13:00~14:20	
10	22	木	13:00~14:20	

【2】午後の充実コース (8項目から選択)

受付時間 13:00~14:20

【受診可能な項目】 ※胃がんなし

- 大腸がん検診
- 乳がん検診
- 肝炎ウイルス検診 (過去に受けたことがない)
- 肺がん検診
- 腹部超音波検査 (過去に受けたことがない)
- 子宮頸がん検診
- 前立腺がん検診
- 骨粗しょう症検診

月	日	曜日	場所
7	14	火	山手公民館
	30	木	久代分館
9	9	水	清音福祉センター
	28	月	久代分館
10	25	日	清音福祉センター
	30	金	昭和公民館
12	6	日	山手公民館
	15	金	清音福祉センター
1	19	火	久代分館
	21	木	山手公民館

加入中の健康保険の種類に関係なく、上記の項目を**選択して**受診できます。
※日程により、受診可能な項目が異なります。ご注意ください

予約不要 地区検診(大腸がん検診・肺がん検診)

月	日	曜日	時間	会場
9	16	水	11:30~11:40	西公民館
			13:00~13:10	新本分館
			13:40~13:50	山田分館
			14:20~14:30	下倉分館
			14:50~15:00	草田集会所
10	29	木	13:30~13:40	常盤第2分館
			14:10~14:20	浅尾分館
			15:00~15:10	池田分館
10	29	木	13:20~13:40	種井公会堂
			14:00~14:20	原市場地区生活改善センター

月	日	曜日	時間	場所
11	4	水	13:00~13:20	清音福祉センター
			14:20~14:30	阿曾分館
11	13	金	13:20~13:30	神在分館
			14:00~14:10	総社北分館
12	10	木	13:00~13:20	山手公民館
			14:10~14:20	三須分館
			15:10~15:20	服部分館
12	18	金	11:00~11:20	清音福祉センター
			14:50~15:20	サンワーク総社

【大腸がん検診検査キットの配布】

検査キットの送付を希望される人は、健康増進課(☎0866-92-8259)まで連絡してください。
受診を希望される人のみ送付します。受診しなかった場合、翌年度の案内はありません。
※検査キットには使用期限があります。期限の切れたものは、使用しないでください

総社市の健診検診の受け方
医療機関での健診(検診)
人間的な費用負担・検診結果の把握
集団健診(検診)
高齢者の定期予防接種
健康サポート
妊産・出産費用助成事業・産後の子育て支援
お母さんのために:乳幼児健康診査
遺留検診(式部町)サポート
要支援の場:子育てサポート
健康づくり:保健所からのお知らせ

“歩得”・“リン得”健康商品券事業

総社市
ホームページ



“歩得”・“リン得”健康商品券事業は皆さんの健康づくりを応援するプロジェクトです。普段の生活で、歩くことや自転車で走ることを中心に、健診（検診）受診や、指定講座参加などでポイントを貯めていただき、貯まったポイントは、市内登録事業所で使用できる商品券と交換されます。取り組むことで「商品券」と「健康」を一度に手に入れられるお得な事業です。イベントも盛りだくさんですので、これを機に始めてみませんか。

【商品券】 最大 **5,000円**

※“歩得”・“リン得”の両方に参加した場合の商品券獲得は上限 5,000円です

【参加費】 1,000円

※参加費 1,000円で“歩得”・“リン得”の両方に参加できます

【申込み】 随時受付中



男性料理教室

総社市
ホームページ



市内3カ所（総社・清音・山手）の会場で開催しています。

初めて料理をする人も大歓迎です♪

体験入会もできますので、ぜひお気軽にお問い合わせください。

【申込み】 随時受付中

【申込方法】 電話か健康増進課の窓口で申し込む



第2弾!!そうじゃ!ヘルシーメニュー

総社市
ホームページ



「野菜たっぷり」で「バランスばっちり」な食事を入手しやすい食環境をつくるため、市内飲食店でヘルシーメニューを認定しています。

認定メニューはホームページに掲載しています。

※認定メニューの食事をした人は、“歩得”・“リン得”健康商品券事業

「参加したよポイント」の付与対象となります



献 血

日本赤十字社
ホームページ



少子高齢化などの影響により、献血協力者の深刻な減少が続いています。

皆さまのあたたかいご協力をお待ちしています。

【対象者】 男性 17歳～69歳、女性 18～69歳で男女ともに体重 50kg以上

(ただし、65歳以上の人は、男女ともに60～64歳のときに献血をしたことがある人に限ります)

【場 所】 市内各所（日本赤十字社のホームページなどでお知らせします）

禁煙治療費の助成

総社市
ホームページ



禁煙を支援するために、禁煙外来を実施している医療機関で禁煙治療を受けた人に、治療費の一部を助成しています（申請・給付は年度内に一人1回限り）。

【対象者】 概ね3か月の禁煙治療を終了した人で、市税の滞納がない人

※途中で治療を中断された場合は対象となりません

【助成額】 上限 **10,000円** ※治療費の自己負担額の3分の2以内の額

【申請期限】 禁煙治療を終了した日から60日以内



若年がん患者妊孕性温存治療費の助成

総社市
ホームページ



将来、子どもを産み育てることを望む若年がん患者に対して、がん治療開始前に生殖機能を温存する治療費の一部を助成します（一人1回限り）。

【対象者】 以下の全ての条件を満たす人

- ・がんと診断された日から妊孕性温存治療終了日まで、本市に住所を有する人
- ・妊孕性温存治療開始日の年齢が40歳未満の人
- ・給付対象の治療に対して、他の助成を受けていない人
- ・がん治療により生殖機能が低下または失う可能性がある人と医師に診断された人

【助成内容】 入院費や食事代を除く医療保険適用外となる費用が対象（上限額あり）

【申請期限】 妊孕性温存治療終了日または医師の判断によりやむを得ず治療を中止した日から6か月以内

総社市がん患者医療用ウィッグ等購入費の助成

総社市
ホームページ



がん患者の心理的及び経済的負担を軽減し、よりよい生活になるように、ウィッグや乳房補整具の購入費用の一部を助成します（それぞれ一人1回限り）。

【対象者】 以下の条件を満たす人

- ・申請日に、本市に住所を有する人
- ・がんと診断され、がんの治療（薬物療法、放射線療法、手術等）を受けた人、または治療中の人
- ・他の地方公共団体から同様の助成を受けていない人
- ・本人及び同一世帯に属する方に市税の滞納がない人

【助成内容】 ・全頭用の医療用ウィッグ（装着時に皮膚を保護するために使用する頭部用ネットを含む）

・乳房補整具（補整下着及び人工乳房等の胸部補整具）

※本体に含まれない付属品、ケア用品（クリーナー、リンス、ブラシ等）の購入費は対象外

※購入費の2分の1（上限3万円）を助成

【申請期限】 購入日の翌日から1年以内

総社市の健診検診の受け方
健診検診の内容・注意事項
医療機関での健診（検診）
人間的な費用・検診結果の把握
集団健診（検診）
高齢者の定期予防接種
健康サポート
妊娠・出産費用助成事業・産後の
お母さんのために・乳幼児健康診査
子どもの予防接種・子育ての相談・子育て
の相談窓口・子育てサポートセンター
の健康づくり・保健所からのお知らせ

妊娠・出産

●問い合わせ こども課母子保健係 ☎0866-92-8261

妊娠届出、親子健康手帳の交付

妊娠が分かたら早めに、こども課へお越しください。親子健康手帳・母子保健ガイドを交付します。交付時には、母子保健コーディネーター等が、妊娠中からさまざまな制度の案内や健康、子育てに関することまで相談に応じています。

また、継続的な「伴走型相談支援」と、「経済的支援」を目的とした「妊婦のための支援給付金事業」を行っています。(死産・流産の方も対象です)

【持参物】妊娠届出書または出産予定日が分かるもの(医療機関発行)、本人確認書類、口座番号の分かるもの



妊婦健康診査

親子健康手帳交付時にお渡しする、親子健康手帳別冊(母子保健ガイド)を持参し受診することで、健康診査費用の助成が受けられます。

(検査内容により、自己負担が必要な場合あり)

<妊婦健康診査依頼票(無料受診券)の内容>

- ・妊婦一般健康診査 14回
- ・超音波検査 4回、血液検査 2回
- ・クラミジア抗原検査、GBS検査

※助産所(院)や県外の医療機関で妊婦健康診査を受ける場合でも受診後に費用(または費用の一部)を市に請求できます。詳しくは上記へお問い合わせください。



そうじゃ出産おめでとうギフト

令和6年4月1日以降に生まれた総社市に住所のある赤ちゃん(ただし、転入者を除く)を子育てしている方に、出産おめでとうギフトをプレゼントします。

お渡し時期	出産おめでとうギフトの内容
赤ちゃん訪問	・そうじゃおむつクーポン(デジタルクーポン) ・市指定のゴミ袋(20ℓサイズ)100枚 ・チュッピーデニムトートバッグ
乳児健診	絵本(ブックスタート)1冊

初回産科受診料助成支援事業

低所得の妊婦の経済的負担軽減を図るため、初回産科受診料(または受診料の一部)の助成を行い、市が医療機関と連携して支援を行います。



プレママ・プレパパタイム

妊娠している女性と家族を対象に、「プレママタイム」「プレママ&パパタイム」をつどいの広場(p.18)で開催しています。

妊娠中から子育て中まで、助産師や母子保健コーディネーターが相談に応じます。



総社市で実施している費用助成事業

※医療機関の所在地により助成方法が異なります。市ホームページでご確認ください

●問い合わせ こども課母子保健係 ☎0866-92-8261

風しん予防接種費用助成

妊婦への風しん感染を予防するために、風しん予防接種費用の一部を助成しています。

【対象】 妊娠を希望する女性とその夫が、妊娠している女性の夫で、次のいずれかの条件を満たす人
(1) 昭和51年4月2日から平成2年4月1日生ままでの人
(2) 平成2年4月2日以降に生まれた人で、風しん抗体価が低いと判定された人

【助成額】 上限3,000円 ※生涯に1回限り助成

【申請期限】 令和9年4月9日(金)(令和8年4月1日(水)から令和9年3月31日(水)までの接種分)



HPV(ヒト・パピローマウイルス)検査費用助成

子宮頸がんの早期発見のために、HPV検査費用の一部を助成しています。

【対象】 妊婦健康診査1回目を受診する妊婦(妊娠届時に受診券を交付)

【助成額】 2,600円(検査費用の約半額)



不妊治療(生殖補助医療)・不育治療等の費用助成

不妊・不育症のために子どもをもつことが困難な夫婦に対し、不妊治療・不育治療等に係る費用の一部を助成します。

対象要件がありますので、詳しくはこども課母子保健係までお問い合わせください。



産後のお母さんのために

●問い合わせ こども課母子保健係 ☎0866-92-8261

産婦健康診査

母の心と体の健康状態について、出産後(産後2週間、産後1か月など)に最大2回まで産婦健康診査の助成を受けることができます(助成券は、母子保健ガイドにとじ込まれています)。実施していない医療機関もあるので、受診時は医療機関に確認してください。里帰りなどで県外の医療機関で産婦健康診査を受ける場合は、受診後に費用(または費用の一部)を市に請求できます。詳しくは、こども課母子保健係までお問い合わせください。

産後ケア事業

出産後に医療機関や助産院(市の委託機関に限る)から、母乳ケアや授乳指導、育児相談が受けられるサービスです(利用には自己負担が生じます)。利用前に申請手続きが必要です。利用可能日数など要件がありますので、詳しくはこども課母子保健係までお問い合わせください。

【対象】 産後1年以内の母と子で、医療の必要がなく、支援が必要な人

【利用内容】 短期入所型・通所型・居宅訪問型



乳幼児健康診査

受付時間 12:50~14:40
診療時間 13:30~15:30(予定)

場所:清音福祉センター(清音軽部1135)

●問い合わせ こども課母子保健係 ☎0866-92-8261

乳児健康診査		1歳6か月児健康診査		3歳児健康診査	
年月日	対象児	年月日	対象児	年月日	対象児
令和8年 4月22日(水)	令和7年 12月生	令和8年 4月23日(木)	令和6年 9月生	令和8年 4月24日(金)	令和4年 10月生
5月27日(水)	令和8年 1月生	5月28日(木)	10月生	5月29日(金)	11月生
6月24日(水)	2月生	6月25日(木)	11月生	6月26日(金)	12月生
7月29日(水)	3月生	7月30日(木)	12月生	7月31日(金)	令和5年 1月生
8月26日(水)	4月生	8月27日(木)	令和7年 1月生	8月28日(金)	2月生
9月16日(水)	5月生	9月17日(木)	2月生	9月18日(金)	3月生
10月28日(水)	6月生	10月29日(木)	3月生	10月30日(金)	4月生
11月25日(水)	7月生	11月26日(木)	4月生	11月27日(金)	5月生
12月16日(水)	8月生	12月17日(木)	5月生	12月18日(金)	6月生
令和9年 1月27日(水)	9月生	令和9年 1月28日(木)	6月生	令和9年 1月29日(金)	7月生
2月24日(水)	10月生	2月25日(木)	7月生	2月26日(金)	8月生
3月10日(水)	11月生	3月11日(木)	8月生	3月12日(金)	9月生

4か月児健康診査

【内容】 身体計測、内科診察、育児相談、ブックスタート
【対象】 4か月から1歳の誕生日前日までの児
【持参品】 親子健康手帳、健康診査票、ブックスタート申込書、バスタオル

1歳6か月児健康診査

【内容】 身体計測、内科診察、歯科診察、育児相談、栄養相談
【対象】 1歳6か月から2歳の誕生日前日までの児
【持参品】 親子健康手帳、健康診査票、コミュニケーションの育ち質問票、バスタオル

3歳児健康診査

【内容】 身体計測、尿検査、弱視スクリーニング(屈折検査)、内科診察、歯科診察、育児相談、栄養相談
【対象】 3歳6か月から4歳の誕生日前日までの児
【持参品】 親子健康手帳、健康診査票、健診当日の朝一番の尿、バスタオル

※対象児には健康診査票を送ります。
日程は随時変更する場合があります。
必ず事前通知でご確認ください。

乳児一般健康診査

生後1歳未満の乳児は、かかりつけ医で定期的に健康チェックを受けましょう。親子健康手帳の別冊(母子保健ガイド)に、「乳児一般健康診査依頼票」が3回分とじ込まれています。里帰りなどで県外の医療機関で乳児一般健康診査を受ける場合は、受診後に費用(または費用の一部)を市に請求できます。詳しくは、こども課母子保健係までお問い合わせください。



総社市の健康診査の受け方
健康診査の内容・注意事項
医療機関での健康診査(検診)
集団健康診査(検診)
高齢者の定期予防接種
健康サポート
お母さんのために・乳幼児健康診査
子どもの予防接種・子育ての相談・子育て支援
子育て支援センター・子育て支援センター

子どもの予防接種

●問い合わせ こども課母子保健係 (☎0866-92-8261)

定期予防接種対象年齢表

総社市ホームページ 予防接種を行う
予防接種の受け方(Q&A) 医療機関



種名/年齢	接種対象年齢												標準的な接種対象年齢							
	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
ロタウイルス 1価ワクチン																				
ロタウイルス 5価ワクチン																				
B型肝炎																				
小児用 肺炎球菌																				
BCG																				
5種混合 (ジフテリア・百日咳・ 破傷風・ポリオ・ ヒブ(インフルエンザ ザンb型)ワクチン)																				
麻しん・風しん (MR)																				
水痘																				
2種混合 (ジフテリア 破傷風)																				
日本脳炎																				
子宮頸がん																				

※予防接種の最新情報、市外や県外の医療機関で受ける場合は、市ホームページをご確認ください。
※引越し等で接種日より前に他の市町村に住民票を移した場合、総社市では無料では受けられません。

RSウイルス

妊娠中のお母さんにRSウイルスワクチンを接種し、生まれてくる赤ちゃんのRSウイルス感染を予防します。
【対象】 妊娠28週0日から36週6日に至るまでの妊婦
【回数】 妊娠毎に1回

定期接種

おたふくかぜ予防接種費用助成

おたふくかぜ感染の予防や重症化を防ぐために、おたふくかぜ予防接種費用の一部を助成しています。
【対象】 令和4年4月2日以降に生まれた満1歳以上の幼児
【助成額】 2,000円 ※生涯に1回限り助成
【申請期限】 令和9年4月9日(金) (令和8年4月1日(水)から令和9年3月31日(水)までの接種分)

任意接種

インフルエンザ予防接種費用助成

受験生応援として、中学校3年生へのインフルエンザ予防接種費用の一部を助成しています。
【対象】 平成23年4月2日～平成24年4月1日に生まれた中学校3年生
【助成額】 2,000円 ※生涯に1回限り助成
【申請期限】 令和9年3月31日(水) (令和8年10月1日(水)から令和9年1月31日(日)までの接種分)

任意接種

子育ての相談

●問い合わせ こども課母子保健係 (☎0866-92-8261)

子育てほっとルーム

妊娠・出産・子育ての相談窓口です。保健師や栄養士、母子保健コーディネーターや産婦
コーディネーター(助産師)が相談に応じます。
【場所】 子育てほっとルーム (こども課内)
【相談日】 月曜日～金曜日(土・日、祝日、年末年始を除く)午前8時30分から午後5時15分まで
【内容】 身体計測・授乳相談(授乳量測定)・育児相談・栄養相談
【持参品】 親子健康手帳

予約不要



カンガルー広場

妊娠中から産後まで、母の身体の事やお子さんの育ち、離乳食など気軽に相談できる場です。
日程は、市ホームページやチラシをご確認ください。チラシは、各会場やこども課窓口などに置いてあります。
【場所】 市内4か所のつどいの広場
なかよし広場 こっこ(きよね夢てらす内)、なかよし広場 ぴよこっこ(天満屋ハピー
タウンリブ総社店内)、ちびっこ広場(山手保健センター内)、つどいの広場ほのぼの
(そうじゃ子育ての駅ほのぼの内)
【持参品】 親子健康手帳

予約不要



チュッピー子育てほっとメール

子育てに不安を抱えて悩んでいる人のために、専用メールで相談に応じます。

【専用アドレス】 kosodate@city.soja.okayama.jp

月曜日～金曜日(土・日、祝日、年末年始を除く)、午前8時30分から午後5時15分まで



こどもの発達の相談

要予約

*対象は、就学前の子どもです。

●予約・問い合わせ こども課母子保健係 (☎0866-92-8261)

心理相談

言語の発達(言語理解の遅れや発語の遅れなど)や行動面(よく動く、周囲への関心が薄い、
こだわりが強いなど)など、お子さんの気がかりな様子について、臨床心理士が月1～2回程度
相談に応じます。*予約をされた人には通知文を送付します。

日程はこちら



子どもの発育発達相談

言葉が遅い、落ち着きがないなど発達面について、小児科専門医が月1回相談に応じます。
*予約をされた人には通知文を送付します。

総合検診

心身の発達について、発達検査の必要性がある場合、専門家による発達検査を行い相談に応じます(年5回)。

そうじゃ式早期一貫サポートシステム

4歳児発達支援事業で行った支援内容をもとに、小学校へ入学したとき学校生活にスムーズになじめるよう、保幼小の連携や、
地域で子どもたちを支える仕組みづくりを進めています。 ●問い合わせ こども課母子保健係 (☎0866-92-8261)

4歳児発達支援事業

【対象】 市内の幼稚園・保育所(園)・認定こども園に通う4歳児(年中)の保護者
【方法】 所属の園から配布されるこどもの生活状況調査票(子どもの家庭での様子や子どもへの気持ち、子育て
の不安などを記入するシート)を記入し、園に提出していただきます。その後調査票をもとに、楽し
く園生活を送れるよう、子ども1人ひとりへのより良い関わり方や指導について、園の先生や保健師な
どが保護者の方と一緒に考えていきます。

総社市の健診検査の受け方
健診検査の内容・注意事項
人間ドックの費用・検査結果の報告書
医療機関での健診(検診)
集団健診(検診)
高齢者の定期予防接種
健康サポート
妊婦・出産費用助成事業・産後の
お母さんのために：乳幼児健康診査
子どもの予防接種・子育ての相談
子どもの生活状況調査票(サポートシステム)

親子交流の場

●問い合わせ こども課母子保健係 (☎0866-92-8261)

つどいの広場

妊婦さんや親子同士の交流はもちろん、子どもたちが安全に楽しく遊べる場所です。
【利用料】 無料 (ただし内容によっては、一部材料代をいただくことがあります)
【対象】 0歳からおおむね3歳までの子どもとその保護者、妊婦とその家族
【その他】 対象年齢別の日やイベント開催日は、市ホームページや月に一度発行される便りでお知らせしています。便りは、各会場やこども課窓口などに置いてあります。



きよね夢てらす会場・なかよし広場 こっこ

【開催日】 月曜日～金曜日、第4土曜日
 (水曜日、祝日、年末年始、お盆はお休み)
【時間】 午前9時30分から午後4時まで
【問い合わせ】 きよね夢てらす (☎0866-95-2027)

天満屋ハッピータウンシリア総社店会場・なかよし広場びよこっこ

【開催日】 月曜日～土曜日
 (第2水曜日、第4土曜日、祝日、年末年始はお休み)
【時間】 午前10時から午後4時まで
【問い合わせ】 なかよし広場びよこっこ (☎0866-31-7686)

山手保健センター会場・ちびっこ広場

【開催日】 月曜日～金曜日
 (祝日、年末年始、お盆、毎月1回(不定休)木曜日はお休み)
【時間】 午前9時30分から午後4時まで
【問い合わせ】 山手保健センター (☎0866-93-9834)

岡山県立大会会場・チュッピーひろば

【開催日】 週1～2回程度
 (市ホームページ等でご確認ください)
【時間】 午前10時から午後3時まで
【問い合わせ】 なかよし広場びよこっこ (☎0866-31-7686)

そうじゃ子育ての駅ほのぼのの会場・つどいの広場ほのぼの

【開催日】 月曜日～金曜日
 (祝日、年末年始、警報発令時はお休み)
【時間】 午前9時から午後2時まで
【問い合わせ】 そうじゃ子育ての駅ほのぼの (☎080-2201-4629)

西部親子ふれあいプラザ会場・出張ひろばほのぼの

【開催日】 水曜日
 (水曜日が祝日の場合は開催日変更あり)
【時間】 午前9時から午後2時まで
【問い合わせ】 そうじゃ子育ての駅ほのぼの (☎080-2201-4629)

地域子育て支援センター

親子で楽しく遊んだり、交流したり、専任の保育士に育児相談などができる場所です。※行事内容によっては予約が必要なことがあります。

【実施保育所】
 ひかり保育園 (☎0866-92-0469) **【利用料】** 無料
 第二ひかり保育園 (☎0866-92-6033) **【開催日】** 月曜日から金曜日まで
 すみれ保育園 (☎0866-94-3337) **【対象】** 就学前の子どもとその保護者
 やまて認定こども園 (☎090-8994-2241)
 太陽保育園 (☎0866-92-6985)

※西部親子ふれあいプラザで出張支援センター「ゆめいろたまてばこ」を実施します。原則第3木曜日、午前9時30分から正午までです。

【問い合わせ】 こども夢づくり課 (☎0866-92-8265)



親子クラブ

幼稚園区ごとに結成されており、月に1回程度、活動を行っています。各クラブでは、保護者同士が情報交換をしたり、親子の気分転換の場にしたり、和やかな雰囲気の中で活動しています。

【入会申し込み】

こども課母子保健係 (☎0866-92-8261)

子育てサポート

●問い合わせ こども課子育て支援係 (☎0866-92-8268)

ファミリーサポートセンター

0歳から高校生までの子を対象に子育ての手助けが欲しいとき、定期的あるいは一時的に子どもの預かり・送迎が必要な時に利用できます。

【入会方法】 利用には、事前申し込みが必要で(受付時間 午前9時から午後4時まで)
【場所】 中央六丁目6-102 (総社ふれあいセンター) 持参品等については、お問い合わせください

【問い合わせ】 総社市ファミリーサポートセンター (NPO法人 保育サポート「あい・あい」)
 午前9時から午後5時まで (土・日、祝日を除く) (☎0866-94-5665)

病児保育室

病気の子どもを一時的に預かって保育を行い、必要に応じて診察や薬の処方を行います。

【対象】 仕事などの理由で、保護者が家庭で看護できない病気・病後の小学生以下の子ども
【実施場所】 薬師寺慈恵病院病児保育室 (薬師寺慈恵病院内 1階専用保育室) 総社一丁目17番25号
【受付時間】 月曜日～土曜日 午前8時から午後6時まで

【開催日】 月曜日～土曜日 午前8時30分～午後6時まで
 (午後6時30分まで延長可)
 ※日曜、祝日、年末年始(12/29～1/3)、お盆(8/13～8/15)は休み
 ※スタッフの体制等により休室する場合があります
【利用金額】 1日(5時間以上)2,000円 半日(5時間未満)1,000円
 (希望者) 昼食200円、おやつ100円

【問い合わせ】 薬師寺慈恵病院 病児保育室専用電話 (☎090-1186-1511)

こころの健康づくり

●問い合わせ 健康増進課 (☎0866-92-8259)

心の健康相談

ストレスの対処や心の健康に関する悩みなど、専門医師が相談に応じます。本人、家族や友人からの相談などもお気軽にご相談ください。

【日時】 毎月第4金曜日 午後1時30分から3時まで (12月は第3金曜日)
【場所】 総社市役所
【その他】 費用は無料。電話で要予約 (予約先: 健康増進課 ☎0866-92-8259)
 ※保健師、栄養士による心と体の健康相談は随時受け付けています

心の保健室

心の病気の人のための交流の場です。簡単な作業をしたり、休養を取ることもできます。(生活指導員を配置しています)

【日時】 月曜日から金曜日まで 午前9時から午後5時まで (土曜日、日曜日、お盆、祝日及び年末年始を除く)
【場所】 総社ふれあいセンター 2階

こころの体温計

こころの体温計



いつでもどこでも携帯電話やパソコンで気軽にメンタルヘルスチェックができます。簡単な質問に答えることであなたのストレス度を判定し、判定結果によって簡単なアドバイスが表示されます。また、さまざまな相談窓口もご案内しています。気軽に利用してください。

岡山県備中保健所からのお知らせ

保健所では、心と体の健康や暮らしの衛生に関する業務などを行っています。下記一覧にお問い合わせください。

業務の種類	問い合わせ	業務の種類	問い合わせ
心の健康相談	☎086-434-7057	骨髄提供希望者の登録	☎086-434-7024
ひきこもりに関する相談		特定難病相談	
わかちあいの会 (自死遺族の会)		B型・C型肝炎相談・検査	
病態栄養相談	☎086-434-7025	エイズ、性感染症相談・検査	☎086-425-2133 (ホットライン)
小児慢性特定疾病医療費相談		飲用井戸等の水質検査 (有料)	
生活衛生または薬事衛生に関すること	☎086-434-7027	食品衛生に関すること	☎086-434-7026

知っていますか? ヘルプマーク・ヘルプカード



知的障がい、精神障がい、聴覚障がい、内部障がいや難病、妊娠初期の人など、援助や配慮を必要としていることが外見からは分かりづらい人が、周囲に配慮を必要としていることを知らせるためのマークです。また、いざというときに手助けしてもらいたいことや、自分の情報を記載しておく「ヘルプカード」も、併せて交付しています。

【交付対象者】 市内に在住か在勤、在学中で援助や配慮を必要としている人
【交付場所】 福祉課障がい福祉係、各出張所、総社市社会福祉協議会
【問い合わせ】 福祉課障がい福祉係 (☎0866-92-8269)



市ホームページ (ヘルプマーク)

総社市の健康相談の受け方
 健康相談の内容・注意事項
 医療機関での健康相談
 高齢者の定期予防接種
 健康サポート
 妊婦・出産費用助成事業・産後の子育て支援
 子育ての場・子育てサポート
 健康づくり・保健所からのお知らせ