

# 3月の休日当番医

笑顔でいきいき

## 3月1日(月)～7日(日)は 子ども予防接種週間です

接種もれがないか、母子健康手帳を確認をお願いします。  
新型コロナウイルス感染症が流行している場合も、可能な限り、予定通りに予防接種を継続することが重要です。  
入園・入学に備えて必要な予防接種を済ませ、病気を未然に防ぎましょう。

### ☑️ 予防接種チェックリスト

予防接種名	対象者	接種間隔および接種回数	チェック
BCG	1歳未満	1回	<input type="checkbox"/>
ヒブ(インフルエンザ菌b型)	生後2カ月～5歳未満	接種を開始した月齢によって 回数が異なります	<input type="checkbox"/>
小児用肺炎球菌			<input type="checkbox"/>
四種混合 (ジフテリア・百日せき・ 破傷風・不活化ポリオ)	1期初回 1期追加	生後3カ月～7歳半未満	<input type="checkbox"/>
不活化ポリオ	1期初回 1期追加	生後3カ月～7歳半未満	<input type="checkbox"/>
麻しん風しん混合 (MR)	1期 2期	1歳～2歳未満 保育所などの年長児に相当する年 齢の人(平成26年4月2日～平成 27年4月1日生まれ)	<input type="checkbox"/>
水痘(水ぼうそう)	1回目 2回目	1歳～3歳未満	<input type="checkbox"/>
二種混合 (ジフテリア・破傷風)	2期	11歳～13歳未満	<input type="checkbox"/>
日本脳炎 <small>※平成7年4月2日～平成19年 4月1日生まれの人は、20歳未 満まで定期接種の対象です。</small>	1期初回 1期追加	生後6カ月～7歳半未満	<input type="checkbox"/>
B型肝炎	1回目 2回目 3回目	1歳未満	<input type="checkbox"/>
子宮頸がん予防(HPV)		小学校6年生～高校1年生の女子 (平成16年4月2日～H21年4月1日生まれ)	<input type="checkbox"/>
ロタウイルス(令和2年8月 1日以後生まれの方に限る)	ロタリックス ロタテック	生後6週から生後24週まで 生後6週から生後32週まで	<input type="checkbox"/>

### 💡 ご注意ください

●ロタウイルスワクチンの初回接種は、生後6週から生後14週6日までの接種が推奨されています。15週以降の初回接種はおすすめしません。  
●保育所などの年長児に相当する年齢の人は、麻しん風しん混合ワクチン(MR)2期の対象者です。まだ接種していない人は、3月中に接種しましょう。  
●予防接種は予約が必要です。事前に各医療機関にお問い合わせください。  
●接種の際は、母子健康手帳を必ず持参ください。

### 🍴 今月の逸品!セロリのオムレツ🍴



215kcal、塩分1.2g、食物繊維7.6g  
(1人当たり)

#### 材料(4人分)

- セロリ 1本(140g)  
(葉つき)
- 玉ねぎ 1/2個(100g)
- じゃがいも 2個(300g)
- 卵 4個
- サラダ油 大さじ2
- 塩 小さじ2/3
- こしょう 少々

#### 作り方

- セロリの茎はすじを取って1cm角に切る。セロリの葉と玉ねぎは粗みじん切りにする。
- じゃがいもは7mm厚さの半月切りにする。ラップをして電子レンジで約3分加熱し、つぶす。
- ボウルに卵を入れて溶きほぐす。
- フライパンに半量のサラダ油を熱し、①を加えて炒め、塩、こしょうをする。粗熱がとれたら②も一緒に④のボウルに加え混ぜる。
- フライパンに残りの油を熱し、④を流す。大きく混ぜながら火を通し、まわりが固まってきたら弱火にして1分程度焼き、反対側も約3分焼く。

～みやま市食生活改善推進協議会～ 毎月19日は食育の日

3月の当番医  
内Ⅱ内科 小Ⅱ小児科 小内Ⅱ小児科・内科 外Ⅱ外科系 眼Ⅱ眼科 歯Ⅱ歯科 (み)Ⅱみやま市 (柳)Ⅱ柳川市 (大)Ⅱ大牟田市

■3月7日(日)

内 彌富医院 (大) (52.3909)	外 小 柳川すき病院 (柳) (72.7171)	眼 塩谷眼科医院 (大) (52.5494)	歯 さとう歯科 (大) (56.1888)
----------------------	--------------------------	------------------------	-----------------------

■3月20日(祝)

内 西内科循環器科医院 (大) (53.8341)	外 小 金子病院 (柳) (75.3578)	眼 中川ごらくクリニック (大) (32.8315)	歯 嶋田歯科 (大) (53.3664)
---------------------------	------------------------	----------------------------	----------------------

■3月14日(日)

内 済生会大牟田病院 (大) (53.2488)	外 小 吉村医院 (大) (52.5811)	眼 ありあけ (大) (56.5700)	歯 大牟田中央病院 (大) (54.6600)
--------------------------	------------------------	----------------------	-------------------------

■3月28日(日)

内 トヨマス内科 (大) (54.4747)	外 小 柳川すき病院 (大) (72.7171)	眼 アルファ歯科 (大) (85.8733)	歯 大牟田市立病院 (大) (53.1061)
------------------------	--------------------------	------------------------	-------------------------

■3月28日(日)

内 くにさき内科 (大) (59.0775)	外 小 柳川すき病院 (大) (72.7171)	眼 大牟田市立病院 (大) (53.1061)	歯 大牟田市立病院 (大) (53.1061)
------------------------	--------------------------	-------------------------	-------------------------



■3月28日(日)

内 くにさき内科 (大) (59.0775)	外 小 柳川すき病院 (大) (72.7171)	眼 大牟田市立病院 (大) (53.1061)	歯 大牟田市立病院 (大) (53.1061)
------------------------	--------------------------	-------------------------	-------------------------

当番医は変更の場合があるため、当日の新聞などで確認ください。問い合わせは各医療機関へお願いします。  
**【柳川山門医師会】** 休日当番医診療時間は午前9時～午後5時(救急指定病院は除く)ですが、受診の際は電話で確認ください。●内科救急指定病院=長田病院 (Tel 72-3501)  
**【柳川山門歯科医師会】**  
 ●歯科休日救急診療=歯科保健センター (Tel 74-1333) 診療時間: 午前10時～午後1時、午後2時～5時  
**【大牟田医師会・歯科医師会】** 休日当番医診療時間は【内科・小児科・外科】午前9時～午後6時、【眼科・歯科】午前9時～午後5時(※ひまわり眼科午前10時～午後6時)ですが、受診の際は電話で確認ください。  
 ※県内の在宅当番医は「ふくおか医療情報ネット」のホームページをご覧ください。  
<http://www.fmc.fukuoka.med.or.jp>

## みやま文芸

高田町句会

句やかに朝光ふむむ紅椿

岩屋 清美

水鳥の黒波のごと漂へり

板橋 寿

思はざる梅の開花の香に出会ふ

紙田 幻草

余寒とは凛々しき朝の心意気

野田岳比古

電柱に鴉睨 霜の朝

野田 憲二

春光を呼び寄せてあるランドセル

西山ワカ子

風のもう春の訪れ告げてをり

松尾 光恵

※俳句・短歌は市内の団体から提供いただいたものを順次掲載しています。  
 ※今月号の「みやまに生きる人」は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため休止させていただきます。