



こどもの健康

🌟 こども家庭課 問合せ先

- 母子健康係(こども家庭センター)
☎0244-24-5218
☎0244-24-5338
FAX0244-24-5468

🌟 健康づくり課 問合せ先

内容: 予防接種、こどもの歯の健康、栄養(離乳食など)

- 健康支援係(原町保健センター内)
☎0244-23-3680
FAX0244-23-4525

🌟 県民健康調査を受けましょう

県では東京電力福島第一原発事故を受け、長期にわたり、県民の健康を見守り、県民の安全・安心の確保を図ることを目的に県民健康調査を実施しています。お子さんを対象として「小児健診」や「甲状腺検査」を実施しています。

- 福島県立医科大学(ふくしま国際医療科学センター・放射線医学県民健康管理センター)9時~17時(土日祝日を除く) ☎024-549-5130

赤ちゃんとおでかけ。長距離の移動大丈夫？



赤ちゃんを連れて実家へ帰省をしたり、家族で旅行したり…。そんなとき心配なのは長距離の移動。初めての場合は特に心配ですね。

車での移動の場合は、チャイルドシートにきちんと座らせて(寝かせて)あげれば問題ありません。チャイルドシートをしっかり固定して、赤ちゃんの体や頭部が不必要に揺れないようにしてあげましょう。そしていつも以上に安全運転を心がけ、1~2時間に1回は車を止めて休憩しましょう。

新幹線や飛行機などの公共の交通機関を使う場合は、受けられるサービスや赤ちゃんが快適に過ごせる持ち物などを事前にリサーチして、時間に余裕のある計画を立てましょう。

◆◆ 乳幼児健康診査を受けましょう

問 こども家庭課 母子健康係 ☎0244-24-5218

◆◆ 新生児聴覚検査、産後健康診査、1か月児健康診査

主に出産された病院でお子さんとお母さんが受けるものです。お子さんとお母さんの健康のために必ず受診しましょう。新生児聴覚検査、産後健康診査(2週間・1か月)、1か月児健康診査は健診料を助成しています。

◆◆ こんにちは赤ちゃん訪問

お子さんが生まれたら、生後2か月ごろに保健師が「家庭訪問」を行います。その際、「予防接種予診票つづり」をお渡しします。

◆◆ 4か月児健康診査(概ね生後3か月～4か月の乳児対象) 10か月児健康診査(概ね生後10か月～11か月の乳児対象)

健診の対象者には事前に通知をお送りします。(健診日の4日前までにwebで問診入力必須)計測、内科健診、育児・栄養相談を行います。

◆◆ 1歳6か月児健康診査(概ね1歳6か月～1歳8か月が対象)

事前に通知をお送りします。計測、内科健診、歯科健診、育児・栄養・発達相談を行います。

◆◆ 3歳児健康診査(概ね3歳6か月～3歳8か月が対象)

事前に通知をお送りします。計測、尿検査、内科健診、歯科健診、育児・栄養・発達相談を行います。

◆◆ 1歳児歯科健診、フッ化物歯面塗布

問 健康づくり課 健康支援係(原町保健センター内) ☎0244-23-3680

10か月児健康診査にて日程をお知らせしています。歯科健診とむし歯を予防するためのフッ化物歯面塗布、個別相談を行います。



離乳食の悩み

離乳食が思っていたように進まない、お母さんも焦ってしまいますよね。離乳食の進み方には個人差があります。身長・体重が母子手帳の成長曲線にそって伸びており、からだの発達が極端に遅れていなければ、あまり心配しなくて大丈夫です。硬すぎても、逆に軟らかすぎても食が進まない場合がありますので、口の動きや歯の本数などを見ながら、かたさ、とろみ、大きさを調整しましょう。

また、離乳食の前は空腹にし、まわりの人が食事をおいしそうに食べている姿を見せることも大切です。「おいしいよ」とやさしく声をかけ、楽しい雰囲気でご飯を食べることを心がけてみてください。



各種相談・教室

問 こども家庭課 母子健康係 ☎0244-24-5218

乳児とその保護者を対象に、ベビーとママのリフレッシュ体操などを開催しています。専門スタッフによる相談も電話やEメール、来所や家庭訪問で可能です。

ベビーとママのリフレッシュ体操(QRコードから要予約)

1歳未満の赤ちゃんとお母さんを対象に、ベビーマッサージや産後ヨガなどを行っています。



乳幼児発達相談会(要予約)

落ち着きがない、ことばがゆっくりなど、発達が気になるお子さんを対象に、心理士による個別相談を行います。

ことばの相談会(要予約)

ことばの遅れや発音が気になるお子さんを対象に、言語聴覚士による個別相談を行います。

離乳食相談(要予約)

問 健康づくり課 健康支援係(原町保健センター内) ☎0244-23-3680

離乳食の始め方、すすめ方などについて、対面やオンラインで相談できます。

フッ化物洗口事業

問 健康づくり課 健康支援係(原町保健センター内) ☎0244-23-3680

大切な永久歯の効果的なむし歯予防法であるフッ化物洗口事業を実施します。

対象	実施施設
4歳児・5歳児	各幼稚園・保育園・こども園
小学生・中学生(R6年度は中1まで)	各小中学校

ハイハイ遊びのすすめ ①

- 全身に筋力がつく
- バランス能力が高まる
(転びにくい身体になる、自転車の補助輪が外れやすくなる)
- 丈夫な肩関節、股関節になる
- ハイハイをしっかり経験していると体の使い方が上手になる
(転ぶときにとっさに手が出る、クレヨンで濃く描く力がつく)



定期予防接種について

問 健康づくり課 健康支援係(原町保健センター内) ☎0244-23-3680

詳しくは、市で配布している「健康づくりガイドブック」、または「市のホームページ」等をご覧ください。

※対象年齢の方は無料で接種できます。

予防接種名		対象者
ロタウイルス	1価(ロタリックス)	生後6週～24週まで
	5価(ロタテック)	生後6週～32週まで
B型肝炎		1歳未満
ヒブ感染症(インフルエンザ菌b型)		生後2か月～5歳未満
小児肺炎球菌感染症		生後2か月～5歳未満
四種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ)		生後2か月～7歳6か月未満
BCG		生後1歳未満
麻しん・風しん	1期	1歳～2歳未満
	2期	5～7歳未満で小学校就学前の1年間(幼稚園、保育所年長児)
水痘(水ぼうそう)		1歳～3歳未満
日本脳炎	1期	生後6か月～7歳6か月未満
	2期	9歳～13歳未満
二種混合(ジフテリア・破傷風)	2期	11歳、12歳
ヒトパピローマウイルス感染症		小学校6年生～高校1年生相当年齢の女子



こどもの健康

ハイハイ遊びのすすめ ②



●トンネルくぐり

家族がトンネルになり、そこをくぐる遊びです。トンネルの高さや幅に合わせて体をくぐらせるので、ボディイメージの向上にもつながります。

●おいかけごっこ

「まてまて～」と家族もハイハイでおいかけたり、逆に逃げてみたり。喜ぶお子さんも多い遊びです。

●ハイハイのぼり

マットやお布団などを斜めにするように設置し、ハイハイでのぼってもらう遊びです。斜めの場所では、普段とは異なる筋肉の使い方をするので、筋力アップにつながります。



★南相馬の病院・診療所

診療科目の略称

小 小児科	小歯 小児歯科	アレ アレルギー科	胃 胃腸科	肝内 肝臓内科
眼 眼科	矯正 矯正歯科	禁煙 禁煙外来	形 形成外科	外 外科
血 血液内科	血外来 血管外来	甲外来 甲状腺外来	肛 肛門科	肛外 肛門外科
呼 呼吸器科	呼外来 呼吸器外来	呼外 呼吸器外科	呼内 呼吸器内科	在診 在宅診療科
産 産科	産婦 産婦人科	歯 歯科	歯腔 歯科口腔外科	耳 耳鼻咽喉科
循 循環器科	循内 循環器内科	消 消化器科	消外 消化器外科	消内 消化器内科
神内 神経内科	心血外 心臓血管外科	腎内 腎臓内科	腎泌内 腎臓内分泌内科	心内 心療内科
整 整形外科	精 精神科	糖外来 糖尿病外来	糖 糖尿病内科	内 内科
内鏡外 内視鏡外科	内鏡内 内視鏡内科	乳外 乳腺外来	脳外 脳神経外科	脳内 脳神経内科
皮 皮膚科	泌 泌尿器科	美 美容外科	婦 婦人科	放 放射線科
麻 麻酔科	リウ リウマチ科	理 理学療法科	リハ リハビリテーション科	

※情報は令和5年1月現在のもので、掲載の情報は変更になる場合があります。受診の際は、医療機関にお問い合わせください。

MAP番号	施設名	診療科	診療時間	休診日
1	大町病院 ☎24-2333 所 原町区大町三丁目97	小 内 外 整 産婦 泌 耳 皮 リハ 放 循 呼 消内 神内 麻 リウ 歯 歯腔	月～土 8:30～12:30 月～金 13:30～17:30	土(午後)、日祝
		外 肛 内 腎内 呼内 循内 消内 泌 形 皮 整 美 麻 リハ	8:30～12:00 13:30～17:30	土、日祝
3	鹿島厚生病院 ☎46-5125 所 鹿島区横手字川原2	内 外 在診 循内 整 眼 皮 リハ	月～土 8:30～12:30 月～金 13:30～17:00	土(午後)、 土(第1・3)、 日祝
		内 精 心内	月～土 9:00～12:00 月～金 13:30～17:00	土(午後)、日祝

こどもの健康

広 告

建設、住設、土木の資材センター
住まいと暮らしのD.I.Yセンター

株式会社 スズトヨ

〒975-0024 南相馬市原町区下北高平字杉内91番地

TEL (0244) 23-2105(代表)
FAX (0244) 23-2110





ベンリーは
見積無料
年中無休



住まいのコンビニ店 **ベンリーストヨ南相馬店**

南相馬市原町区
下北高平字杉内91

TEL (0244) 25-3605
FAX (0244) 25-3660

0120-925-278

MAP番号	施設名	診療科	診療時間	休日
5	南相馬市立総合病院 ☎22-3181 所 原町区高見町二丁目54-6	小 内 外 整 産 婦 泌 耳 皮 リハ 放 循 呼 神 内 脳外 心 血 外 麻 リウ 血 形 腎 臓 / 高 血 圧 内 科 糖 尿 病 / 内 分 泌 代 謝 内 科	月～金 8:30～11:30	月～金(午後)、 土、日祝
6	石原クリニック ☎22-2212 所 原町区南町四丁目25-5	小 胃 内	月～土 8:30～12:00 月火 14:00～18:00 木金	水土(午後)、 日祝
7	うめだ腎泌尿器科 ☎23-6610 所 原町区上町三丁目12-1	内 泌	月火 9:00～12:30 木金土 月火 14:00～17:30 木金	水、 土(午後)、 日祝
8	おがたメンタルクリニック ☎26-6363 所 原町区旭町一丁目46-1	精 心 内 内	月火 9:00～12:00 木金 土 9:00～13:00 月火 14:00～17:00 木金	水、 土(午後)、 日祝
9	おのだ内科クリニック ☎22-8811 所 原町区大町一丁目3	ア レ 呼 内 循 消	月火 8:30～12:00 水金 月火 14:00～17:00 水金 土 8:30～12:30	木、 土(午後)、 日祝
10	こいずみクリニック ☎22-6001 所 原町区大町三丁目77	小 胃 外 肛 内	月～土 8:30～12:00 月火 14:00～17:00 木金	水土(午後)、 土(第2・4)、 日祝
11	小林眼科医院 ☎24-1234 所 原町区南町一丁目155	眼	火～金 8:30～11:30 火木 14:30～17:00 土 8:30～12:30	月、 水金(午後手術)、 土(午後)、日祝



こどもの健康

— 広 告

この街の快適な暮らしのため、
住環境を創造

総合設備工事(福島県知事許可 第12730号)
給排水衛生設備・浄化槽設備・冷暖房空調設備
ボイラー・消防設備・各種管工事 設計施工

大福工業 株式会社

南相馬市原町区中太田後迫284-9

TEL 0244-26-8160

FAX 0244-26-8161



南相馬市 子育て応援ハンドブック

27

MAP番号	施設名	診療科	診療時間	休診日
12	駒場内科医院 ☎32-0226 所 原町区三島町二丁目202-1	小 消内 内	月～土 9:00～12:00	木土(午後)、日祝
			月火 14:00～18:30 水金	
13	しいな脳神経外科クリニック ☎23-1747 所 原町区東町一丁目72-2	外 内 脳外 麻 リハ	月火 8:30～12:00 木金	木土(午後)、土(第1・3)、日祝
			水土 8:30～13:00	
			月火 13:00～17:00 木金	
14	志賀医院 ☎24-3666 所 原町区国見町二丁目64	内	月水 9:00～12:00 木金土	火、木金土(午後)、日祝
			月水 16:00～18:00	
15	しんどうクリニック ☎22-0600 所 原町区大木戸字松島318-14	小 循 内	月火 9:00～12:00 木金土	水、土(午後)、日祝
			月火 14:00～17:00 木金	
16	高野眼科医院 ☎23-3745 所 原町区本町二丁目56	眼	月火 9:00～12:00 木金土	水(手術のみ)、木(第3)、土(午後)、日祝
			月火 14:00～17:00 木金	
17	たなベクリニック ☎25-4353 所 原町区南町三丁目90	外 肛 内 皮 (木曜のみ) リハ	月火 8:00～13:00 水金土	日祝
			月火 14:00～18:00 水金	
			木 皮膚科のみ 8:00～15:00	
18	ときわ整形外科 ☎25-4114 所 原町区大木戸字松島304-26	整 リハ	月～土 8:30～12:00	木土(午後)、日祝
			月火 13:30～17:00 水金	

広 告



地域に根ざした住まいをご提案

土地・建物の企画、設計、施工、運営



(有)小谷津工務店

一級建築士・宅地建物取引士 代表取締役 小谷津 和矢
 一級建築士・宅地建物取引士 専務取締役 小谷津 祐規

南相馬市原町区中太田字天狗田9番地

TEL (0244)23-3503(代)

FAX (0244)24-4066

E-mail:contact@koyatu.co.jp

MAP番号	施設名	診療科	診療時間	休診日	
19	西潤マタニティクリニック ☎24-2424 所 原町区大町一丁目99	小産内婦麻	月火 水金土	9:00~12:00	木、日祝
			月火 水金土	15:00~18:00	
20	はらまち心療内科クリニック ☎23-1134 所 原町区旭町四丁目17-1	小 心内 精内	月火 木金土	9:00~12:30	水、日祝
			月火 木金土	14:00~16:00	
21	ひぐちクリニック ☎25-2622 所 原町区日の出町125-2	消内	月~土	8:30~12:00	水土(午後)、 日祝
			月火 木金	15:00~18:00	
22	ふりど循環器科 ☎23-3113 所 原町区上茨佐字原田238	呼 循内	月火 木金土	8:00~12:30	原則予約制 水、 木土(午後)、 日(午前のみ隔週診療)
			月火金	14:30~16:00	
23	マルイ眼科 ☎24-0101 所 原町区本陣前一丁目83-3	眼	月	9:00~11:00 17:20~18:00	木、日祝
			火水 金土	9:00~12:30	
			火水金	14:30~18:00	
			土	14:30~16:30	
24	三澤整形外科スポーツクリニック ☎25-0022 所 原町区日の出町541-1	整	月~土	9:00~12:30	木土(午後)、 日祝
			月火 水金	14:30~18:00	
25	三澤内科ハートクリニック ☎25-3511 所 原町区日の出町541-4	循 心血外内	月~土	9:00~12:00	木土(午後)、 日祝
			月火 水金	14:00~18:00	
26	南相馬中央医院 ☎24-3355 所 原町区橋本町一丁目3-2	循内	月~土	9:00~12:00	木土(午後)、 日祝
			月火 水金	14:00~18:00	



こどもの健康

— 広 告 —

駒場内科医院

日本消化器内視鏡学会認定
消化器内視鏡専門医
院長 駒場 正雄

内科
小児科
消化器内科

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
14:00~18:30	●	●	●	休	●	休

【休診日】
 土 曜 午 後
 土 曜 午 後
 日 曜 ・ 祝 日

南相馬市原町区三島町2-202-1

☎ 0244-32-0226





MAP番号	施設名	診療科	診療時間	休診日
27	レディースクリニックはらまち ☎22-2001 所 原町区西町二丁目71-1	産婦	月火 木金 9:00~11:30	水土、日祝
28	若盛耳鼻咽喉科医院 ☎23-3387 所 原町区二見町一丁目43	耳	月~金 9:00~12:00 月~金 14:00~18:00	土、日祝
29	巨理内科小児科医院 ☎23-2365 所 原町区東町三丁目30	小 内	火 9:00~11:30	月水木金土、 火(午後)、日祝 初診はお受け していません
30	絆診療所 ☎26-9699 所 鹿島区寺内字塚合123-1	外 内	月~土 8:30~11:30 月火 木金 13:30~17:30	水土(午後)、 日祝
31	田村内科医院 ☎46-1233 所 鹿島区横手字町田46	小 循 内	月火 木金土 8:30~12:00 月火 木金 14:00~18:00	水、 土(午後)、 日祝
32	ほりメンタルクリニック ☎32-0207 所 鹿島区鹿島字御前ノ内106	心内 精内	月~土 9:00~12:00 月火 水金 14:00~17:00	木、土(午後)、 日祝

広 告

原町金融団

- あぶくま信用金庫本店
- あぶくま信用金庫東支店
- 七十七銀行原町支店
- 常陽銀行原町支店
- 相双五城信用組合原町支店
- 大東銀行原町支店
- 東邦銀行原町支店
- 福島銀行原町支店

(50音順)

MAP番号	施設名	診療科	診療時間	休診日
33	今村医院 ☎26-5777 所 小高区仲町一丁目71	内 腎内 ※女性外来(月2回のみ) 第3金 9:00~12:00/ 13:30~17:00 第4土 9:00~13:00	月水木 9:00~12:00	火、 金(第1・2・4・5) 日祝
			月水木 13:30~17:00	
土 9:00~13:00				
34	半谷医院 ☎44-2020 所 小高区上町二丁目50	小 呼 循 内	火水 木金 9:00~12:30	月、土、日祝
			火水 木金 14:00~17:00	
35	南相馬市立総合病院附属 小高診療所 ☎44-2025 所 小高区東町三丁目3-1	外 内	月~金 8:45~12:00	土、日祝
			月~金 14:00~17:00	
36	もんま整形外科医院 ☎44-1800 所 小高区大町一丁目40-1	整	月火木 9:00~12:00	水、金、土、 日祝
			月火木 13:30~15:00	



Hospital Note

受診する前に何を話すかまとめておきましょう

記入日 年 月 日 名前 生年月日 血液型
身長 cm 体重 kg

症状説明チェック表

伝えること	内容
どんな症状があるか?	
その症状はいつ頃から現れたか?	
いつどんな時に症状が出やすいか?	
現在、服用中の薬があれば、 具体的な名前と量	
過去にかかった事のある大きな 病気や、受けた事のある手術	
家族関係や世帯状況	
本人が困っている事	
家族が困っている事	



凡例

● 病院

● 診療所

● 歯科医療機関

♥ 保健センター



こどもの健康



凡例

● 病院

● 診療所

● 歯科医療機関

● 保健センター

鹿島区



小高区



こどもの健康

広告

地域貢献、そして安全と安心を届けます。

福島県知事 許可(般-3)第31136号

有限会社 日真建設工業

代表取締役 阿部力男

南相馬市原町区高見町2-171-3 TEL0244-25-3115 FAX0244-25-3116