

みんなの健康

座間市24時間健康電話相談

☎0120(867)860 ☎03(3562)8435
 ※ファミリー・ケア・ネットワーク (<https://familycare.sociohealth.co.jp/>) から「WEB健康相談」を利用できます。6桁の番号には「867860」と入力してください。
 担当 医療課 ☎046(252)7295 FAX046(252)7043

担当 健康づくり課 ☎046(252)7225 FAX046(255)3550

ぴよぴよ・チェリー教室

とき=1月28日(金)午前10時~11時 ところ=市民健康センター
 内容=子育ての悩みや出来事などを保健師、助産師と語り合う 対象=2,500グラム未満で生まれた乳児、双子以上の多胎児(いずれも1歳まで)とその家族 持ち物=母子健康手帳、バスタオル、おもちゃ、おむつ、ミルクなど 申込方法=電話で担当へ

育児相談

とき=2月4日(金)午前9時30分~10時30分 ところ=市公民館
 内容=身体測定と食事・発育・育児の相談 持ち物=母子健康手帳、バスタオル 申込方法=電話で担当へ

個別健康相談

とき=随時 ところ=市民健康センター 内容=健康全般について栄養士・保健師へ相談 持ち物=健康手帳(持っていない方には当日発行) 申込方法=電話で担当へ

救急診療

担当 医療課 ☎046(252)7295 FAX046(252)7043

◆休日(日曜日、祝・休日) 昼間

診療科目	電話番号	診療場所	受付時間
内科・外科	☎046(252)9090	休日急患センター	午前9時~11時45分、午後2時~4時45分
歯科	☎046(252)8217	(市民健康センター1階)	午前9時~11時45分、午後2時~4時30分
耳鼻咽喉科・婦人科・眼科	消防テレホンサービス☎046(251)0119でご確認ください。		午前9時~正午、午後2時~5時(診療時間) ※当番医療機関により異なる場合があります。受付・診療時間は必ず当番医療機関へお問い合わせください。
小児科(外科系を除く)	☎046(255)9933	休日急患センター(市民健康センター1階)	午前9時~11時45分、午後2時~4時45分

◆夜間

診療科目	電話番号	診療場所	受付時間
内科	☎046(252)9090	休日急患センター(市民健康センター1階)	月曜~金曜日 : 午後7時~9時45分 土曜・日曜日、祝・休日 : 午後6時~9時45分
外科	消防テレホンサービス☎046(251)0119でご確認ください。		午後6時~10時(診療時間)
小児科(外科系を除く)	☎046(255)9933	休日急患センター(市民健康センター1階)	月曜~金曜日 : 午後7時~9時45分 土曜・日曜日、祝・休日 : 午後6時~9時45分

◆深夜

診療科目	電話番号	診療場所	受付時間
内科・外科	消防テレホンサービス☎046(251)0119でご確認ください。		午後10時~翌日午前8時
小児科(外科系を除く)	小児救急情報センター☎046(255)9933でご確認ください。		午後10時~翌日午前7時(重症の場合は午前8時)

※聴覚障がいのある方は、専用ファクス☎119へお問い合わせください。
 ※救急診療は、急病で困ったときにご利用ください。
 ※基本的に救急診療は応急処置を行いますので、後日かかりつけの病院などで必ず診察を受けてください。
 ※電話をかける場合は電話番号をお確かめの上、お間違えのないようご注意ください。

おなかスッキリエクササイズ

- とき 2月7日(月)午前9時30分~10時30分、午前10時50分~11時50分(受付時間は申込時に案内)
 - ところ 市民健康センター
 - 内容 講義、おなかを引き締めるための体の動かし方の実技など
 - 講師 健康運動指導士
 - 対象 74歳以下の方
 - 定員 各回12人(申込順)
 - 参加費 無料
 - 持ち物 筆記用具、飲み物
 - 申込方法 2月4日(金)までに電話、ファクスまたは直接担当へ
- ※参加は年度内に1回のみです。
 ※運動できる服装・靴でお越しください。
 ※内容を変更する場合があります。
- 担当 健康づくり課 ☎046(252)7225 FAX046(255)3550

口腔がん検診

- とき 2月13日(日)午前9時30分~正午
 - ところ 市民健康センター
 - ※会場へは外階段を利用してお越しください。同センター内エレベーターは会場の都合上、利用できません。
 - 定員 36人(多数抽選)
 - 費用 無料
 - 申込方法 1月31日(月)までに氏名(ふりがな)、住所、生年月日、年齢、性別、電話番号を明記した往復はがき(1枚につき1人)を〒252-0021 座間市緑ヶ丘1-1-3(一社)座間市歯科医師会口腔がん検診係宛てに郵送(必着)
 - 問い合わせ先 (一社)座間市歯科医師会事務局☎046(251)0345
 - ※抽選の結果および検診時間など詳しくは郵送でお知らせします。
 - ※新型コロナウイルス感染症の状況により予定を変更する場合があります。
- 担当 健康づくり課 ☎046(252)7225 FAX046(255)3550

ファミリー・サポート事業協力会員になるための講習会

- 保育施設や幼稚園、小学校などに通う子どもの送迎や預かりなどを行う「ファミリー・サポート事業」の協力会員になるための講習会を開催します。全日程受講していただく必要があります。
- とき ①2月17日(木) ②21日(月) 午前9時~午後0時20分
③2月28日(月) 午前9時30分~午後0時30分(全3回)
 - ところ サニープレイス座間3階①②研修室③多目的室
 - 対象 20歳以上の市内在住者
 - 定員 10人(申込順)
 - 参加費 無料
 - 申込方法 電話で問い合わせ先へ
 - 問い合わせ先 市社会福祉協議会ファミリー・サポート事務局(サニープレイス座間) ☎046(266)2003 FAX046(266)2017
- 担当 子ども育成課 ☎046(252)7969 FAX046(255)5080

第3期スポーツ教室 健康体操教室追加日程

- スカイアリーナ座間では、健康体操教室の追加日程の参加者を募集します。18歳以上の方はどなたでも参加できる教室です。ストレッチ、エアロビクスを取り入れ、楽しく体を動かしながら健康の保持・増進を行いましょ。
- とき 2月4日~3月25日毎週金曜日午後1時~2時30分(2月11日を除く全7回)
 - 対象 18歳以上の方
 - 定員 50人(申込順)
 - ※定員に達した場合はキャンセル待ちとなります。
 - 参加費 3,150円
 - 申込方法 1月19日(水)午前9時30分以降に電話または直接担当へ
- 担当 スカイアリーナ座間 ☎046(255)0077 FAX046(255)1188

夫婦で学ぼう子育て講座 「ワクワクできる工夫こそ、遊びの力 ~身体遊びを通じて心と身体をつなぐ~」

- 日本体操研究所の木下祐一さんを講師に招き、自宅で気軽に楽しめる身体遊びなどを学ぶ講座をオンラインで開催します。
- とき 2月20日(日)午前10時~11時10分
 - 対象 2歳以上の未就学児とその保護者でZoomを使用するインターネット環境のある方(市内在住・在勤者優先)
 - 定員 10組(申込順)
 - 参加費 無料
 - 申込方法 電話、ファクス、市ホームページから電子申請または直接担当へ
- 担当 生涯学習課 ☎046(252)8472 FAX046(252)4311