

# 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 ☎046(252)7043

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

### 育児相談

とき=①11月26日②12月3日いずれも金曜日午前9時30分～10時30分受け付け ところ=①北地区文化センター②ひばりが丘コミュニティセンター  
 内容=身体測定と食事・発育・育児の相談 持ち物=①②母子健康手帳、バスタオル②上履き 申込方法=電話で担当へ

### 赤ちゃん教室

とき=12月10日(金)午前10時～11時(受け付けは午前9時50分まで) ところ=市民健康センター  
 内容=離乳食の作り方・すすめ方 対象=5～おおむね6カ月児とその保護者 定員=12組(申込順) 持ち物=母子健康手帳、ティースプーン、抱

っこひもなど 申込方法=電話で担当へ

### もぐもぐ教室

とき=12月10日(金)午後2時～3時(受け付けは午後1時50分まで) ところ=市民健康センター  
 内容=離乳食のすすめ方 対象=7～おおむね8カ月児とその保護者(離乳食が2回食) 定員=12組(申込順) 持ち物=母子健康手帳、ティースプーン、抱っこひもなど 申込方法=電話で担当へ

### ぴよぴよ・チェリー教室

とき=11月26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歳ぐらゐまで)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=11月25日(木)までに電話で担当へ

### 健康相談

とき=11月26日(金)午前9時20分～9時30分、午前9時50分～10時、午前10時20分～10時30分  
 ところ=北地区文化センター 定員=各回2人  
 内容=健康相談、栄養相談、禁煙相談(対象は1カ月以内に禁煙を始めたい方) 持ち物=健康手帳 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

### 11月以降に12歳になる方などへ

## 新型コロナウイルス ワクチン接種

市では、11月以降に12歳の誕生日を迎える方や、ワクチン接種を2回目まで完了していない方を対象にワクチン接種を実施します。なお、12歳になる方の接種券等一式は、誕生日の翌週に送付します。

○予約開始日 11月下旬を予定

○接種会場 市内医療機関

※医療機関では予約を受け付けできません。

問い合わせはお控えください。

※予約開始日や接種日、接種会場などは決まり次第、市LINE公式アカウント、市ホームページなどでお知らせします。

○予約方法

・市LINE公式アカウントから予約(24時間受付)

次の2次元コードから、「座間市LINE公式アカウント」を友達登録し、トーク画面のメニュー(新型コロナワクチン接種予約受付)から、案内に従い接種券番号と生年月日を入力後、希望する会場・日時を選択してください。



※接種希望者本人以外のスマートフォンなどからの予約、1台のスマートフォンなどから複数人の予約可。

・電話で予約

専用ダイヤル☎0570(666)594へ電話をかけ、案内に従い接種券番号と生年月日を送ってください。

※接種希望者本人以外の方からの予約、1回の電話で複数人の予約可。

○LINEでの情報の受け取り方

詳しくは本紙2面「市LINE公式アカウントによる情報配信」をご覧ください。

※新型コロナウイルスワクチン接種に関する情報を受け取るには、「コロナワクチン接種」の分野を選択する必要があります。

○問い合わせ先 新型コロナウイルスワクチン接種相談・予約専用ダイヤル☎0570(666)594(午前10時～午後7時 無休)

担当 新型コロナウイルスワクチン接種推進課  
 ☎046(252)8405 FAX046(255)3550

### 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(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
歯科	☎046(252)8217		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。

### 暮らしの健康講座

## くらしに役立つ睡眠と健康の知恵袋

○とき 12月11日・18日いずれも土曜日午後1時30分～3時

○ところ 市公民館2階会議室

○内容 睡眠について正しく知り、より良い睡眠を取る方法を学ぶ

○対象 市内在住・在勤・在学者

○定員 20人(申込順)

○参加費 無料

○持ち物 筆記用具

○申込方法 12月10日(金)までに電話、ファクスまたは直接担当へ

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、当日の体調不良や感染が疑われる場合は受講をご遠慮ください。

担当 市公民館  
 ☎046(255)3131 FAX046(252)2776

### 普通救命講習Ⅰ

○とき 12月5日(日)午後1時30分～4時30分(午後1時15分受付開始)

○ところ 消防庁舎4階救急講習室

○内容 応急手当の重要性、胸骨圧迫、自動体外式除細動器(AED)の使用他

○対象 市内在住・在勤・在学者(中学生以上)

※子ども連れでの受講不可。

○定員 10人(申込順)

○持ち物 筆記用具

○申込方法 11月15日(月)午前8時30分以降に電話、ファクスまたは直接担当へ

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、受講内容に制限があります。また、感染状況により中止する場合があります。

担当 消防管理課  
 ☎046(256)2211 FAX046(256)2215