

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

赤ちゃん教室

とき=7月29日(木) 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、子どもの発達や予防接種について 対象=5カ月~おおむね6カ月児とその保護者 定員=12人(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=7月29日(木) 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カ月~おおむね8カ月児とその保護者(離乳食が2回食) 定員=12人(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

育児相談

とき=7月16日(金) 午前9時30分~10時30分 ところ=市民健康センター 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

4カ月児健康診査

とき=7月27日(火) ところ=市民健康センター 対象=令和3年3月生まれ 持ち物・受付時間=対象者に個別通知

8~10カ月児健康診査

市では、指定医療機関を定め、無料で健康診査を実施しています。対象者には個別通知をしますので、あらかじめ医療機関に電話連絡の上、母子健康手帳を持参し、受診してください。

1歳6カ月児健康診査

◆内科 とき=対象者に通知 ところ=指定医療機関 対象=令和元年12月生まれ
 ◆歯科 とき=7月14日・21日いずれも水曜日 ところ=市民健康センター 対象=令和元年11月生まれ 持ち物・受付時間=対象者に個別通知

2歳児歯科健康診査

とき=7月28日(水) ところ=市民健康センター 内容=歯科健診、予防処置と育児相談など(予防処置は希望者のみで有料) 対象=令和元年6月生まれ 持ち物=対象者に個別通知

3歳6カ月児健康診査

とき=7月13日(火) ところ=市民健康センター 対象=平成30年1月生まれ 持ち物・受付時間=対象者に個別通知

楽しく食べて健康に

- とき 7月30日(金) 午前10時~11時30分(午前9時30分受付開始)、午後2時~3時30分(午後1時30分受付開始)
 ※内容は同じです。
 - ところ ハーモニーホール座間大会議室
 - 内容 シニア世代に必要な栄養素について整理し、楽しく食事をするための大切さを学ぶ
 - 講師 キューピー株式会社 堀池俊介さん
 - 対象 おおむね65歳以上の市内在住者
 - 定員 各回30人程度(申込順)
 - 参加費 無料
 - 持ち物 筆記用具、飲み物
 - 申込方法 7月29日(木)までに電話、ファクスまたは直接担当へ
- 担当 介護保険課 ☎046(252)7084 FAX046(252)8238

熱中症にご注意を

- 熱中症は、野外だけでなく屋内でも発症し、命に関わる場合もあります。
- 【熱中症を防ぐポイント】**
- ・外出時は、帽子などで直射日光を避ける
 - ・屋外・屋内ともに、小まめに休み、スポーツドリンクなどで水分を補給する
 - ・部屋の中は風通しを良くし、高温多湿にならないようにする
 - ・暑い場所では、長時間の作業やスポーツなどは避ける
 - ・日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりをする
 - ・マスクをしていると喉の渇きを感じない事が多いので、より小まめに水分を摂る
- 【熱中症かなと思ったら】**
- ・涼しい日陰や冷房の効いた場所へ移動する
 - ・衣服を緩めて体を冷やす
 - ・脇の下や足の付け根を冷やす
 - ・スポーツドリンクや薄い食塩水などの少量を数回に分けて飲む
- 担当 健康づくり課 ☎046(252)7995 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、お間違のないようご注意ください。

乳がん・子宮がん集団検診 ~申し込みは7月7日から~

乳がん・子宮がん集団検診の申し込みを受け付けます。日程や場所については表1を、検診内容・対象者・受診料などについては表2をご覧ください。また、「がん検診無料クーポン券」が届いた方は、検診当日に必ず持参してください。

○申込方法 7月7日(水)~14日(水)までに電話で担当へ

【以下の方は受診できません】

▽乳がん集団検診=授乳中および断乳後6カ月が経過していない方、今年度すでに乳がん施設検診を受診した方
 ▽子宮がん集団検診=妊娠中~産後2カ月未満の方、今年度すでに子宮がん施設検診を受診した方

※新型コロナウイルス感染症の影響で会場の変更や開催を中止する場合があります。

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

表1 日程、場所、受付時間

検診日	検診当日の受付時間	検診場所
8月6日(金)	午前9時10分~9時	市民健康センター※
8日(日)	25分、午前10時30分~	
19日(木)	10時45分、午後1時~	
21日(土)	1時15分、午後2時~	
24日(火)	2時15分	
30日(月)		

※検診車の大型化により、市民健康センター以外の会場では検診車の設営が出来なくなったため、今年度から市民健康センターでのみ実施します。

表2 検診内容、対象者など

	乳がん集団検診(40歳代)	乳がん集団検診(50歳以上)	子宮がん集団検診
検査内容	問診・X線撮影(2方向)	問診・X線撮影(1方向)	問診、細胞診(頸部)
対象者(令和3年4月1日現在)	40歳~48歳の偶数年齢の女性	50歳以上で偶数年齢の女性	20歳以上の方
受診料	2,500円	2,000円	800円
受診間隔	2年に1回	2年に1回	毎年