



# みんなの健康



市マスコット  
キャラクター  
「ざまりん」

## 座間市24時間健康電話相談

☎0120(867)860 FAX03(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

## ハローベビークラス(母親父親教室)

とき	内容
5月10日(月) 午後2時～3時30分	妊娠中を知っておきたいこと、歯のケアについて
5月14日(金) 午後2時～3時30分	体重管理のこつ、骨とカルシウムについて
5月21日(金) 午後2時～3時30分	出産のイメージをつけよう
5月22日(土) 午前9時30分～11時5分	赤ちゃんの沐浴

受け付け=開始10分前まで ところ=市民健康センター 対象=初産で妊娠18～35週の方とその配

偶者 参加費=300円(テキスト代) 持ち物=母子健康手帳、筆記用具 申込方法=5月7日(金)までに電話で担当へ

## ぴよぴよ・チェリー教室

とき=4月23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1枚、おもちゃ、おむつ、ミルクなど 申込方法=電話で担当へ

## 健康相談

とき(受付時間)=5月17日(月)▽相談=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(相談時間は30分)▽測定のみ=午前9時35分～9時40分、午前10時5分～10時10分 ところ=市民健康センター 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)※希望の方に体組成、血管年齢、骨健康度、血圧の測定を行います。 定員=▽相談=各回2人▽測定のみ=各回3人 持ち物=健康手帳 申込方法=電話で担当へ

## 75歳以上の方へ 後期高齢者健康診査 受診券などの送付

75歳以上の方へ後期高齢者健康診査受診券(検診案内)と施設検診・集団検診の受診確認票(がん検診など各種検診の案内)を5月下旬に送付します。

同確認票は各種検診を受診する際に医療機関で必要となる他、自分が受診可能な検診を確認できます。

74歳以下のがん検診対象者には同確認票のみを送付します。

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

## WE LOVE ZAMA 健康体操講座

新型コロナウイルス感染症の影響で昨年4月から中止していたWE LOVE ZAMA健康体操講座を5月から下記のコミュニティセンターで再開します。マスクを着用し、運動できる服装でお越しください。

### ○開催予定

コミュニティセンター名	とき
小松原	毎月第1木曜日
ひばりが丘	毎月第2水曜日
東原	毎月第3水曜日
新田宿・四ツ谷	毎月第4火曜日
相模が丘	毎月第2火曜日
立野台	毎月第2土曜日
相武台	毎月第3金曜日
栗原	毎月第4木曜日

- 定員 各回12人(申込順)
- 参加費 無料
- 持ち物 上履き
- 参加方法 各開催日前日までに電話、ファクスまたは直接担当へ

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	(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	消防テレホンサービス☎046(251)0119	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	消防テレホンサービス☎046(251)0119	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	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	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	午後10時～翌日午前7時 (重病の場合は午前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。

## 新型コロナウイルス感染症 相談窓口

県では、発熱や咳などの症状がある方や濃厚接触者の方でかかりつけ医での受診ができない方に対して「発熱等受診予約センター」で診療予約を代行していましたが、4月1日から下記相談先で受診可能な医療機関を案内しています。

### ◆相談先

新型コロナウイルス感染症専用ダイヤル☎(0570)056774 (①は24時間受け付け。⑨⑧⑦②③④は平日午前9時～午後5時受け付け)  
※一部IP電話などでつながらない場合は☎045(285)0536へ。

### ◆音声案内(相談内容)

①発熱や咳などの症状のある方、感染の不安のある方、健康・医療に関すること、診療可能な医療機関のご案内、COCOA・濃厚接触者に関する事など②協力金(第3・6・7弾)に関する事③協力金(第4弾)に関する事④協力金(第5弾)に関する事⑤営業時間短縮要請に関する事、大規模イベント開催の事前相談に関する事⑥経営相談に関する事⑦LINEコロナお知らせシステム、その他

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

## ご注意ください 「消防」をかたる 悪質販売

市内で、消防署・消防署員をかたり消火器や火災警報器などを法外な価格で販売する悪質な販売が頻繁に起きています。消火器などの不適切な取り引きを防ぐために次のことに気を付けましょう。

○消防職員や消防団員が消火器や火災報知機の販売・点検・交換を行うことはありません。また、一般住宅には住宅用火災報知機の設置義務はありますが、消火器の設置義務はありません。

○訪問販売員には身分証明書の提示を求め、購入・点検をはっきりと拒否してください。また、その場で料金を支払ったり契約書にサインをしたりしないでください。

○不審に感じた場合は、その場で消防本部または警察署に連絡してください。

担当 予防課  
☎046(256)2213 FAX046(256)3225