



# 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 ☎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 ☎046(255)3550

## フードバンクにご協力を

生活が困窮し、食べるものにお困りの方を支援するため、企業の売れ残りや規格外品、一般家庭の余剰品など、食べられるのに廃棄されている食品の寄付を募っています。また、フードバンクへの募金、ボランティア協力も受け付けています。詳しくは、問い合わせ先へお問い合わせください。

※フードバンクの利用を希望する方は、担当へお問い合わせください。

○対象 ▽食品  
寄付＝消費期限まで2カ月以上ある食品（レトルト食品、缶詰など）  
▽募金＝一口2千円

○問い合わせ先 NPO法人ワンエイド☎046(258)0002

担当 生活援護課 ☎046(252)8566 ☎046(252)7043



## BCG接種

委託医療機関で実施します。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、母子健康手帳などを持参し、接種してください。なお、6月1日以降に生まれた方には4カ月児健康診査の通知に案内を同封します。

## 育児相談

とき＝①11月27日②12月4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＝11月26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 対象＝おむね5～6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、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25日（水）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や助産師と語り合う 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＝11月24日（火）までに電話で担当へ

## 健康相談

とき＝12月14日（月）午前9時30分～10時、午前10時～10時30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）※希望者に体組成・血管年齢・骨健康度測定を行います。 定員＝各回3人 持ち物＝健康手帳 申込方法＝電話で担当へ

## 救急診療

担当 医療課 ☎046(252)7295 ☎046(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	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。

## 配偶者などからの暴力に悩んでいる方へ女性相談のご利用を

配偶者や恋人など、親しい異性からの暴力（DV＝ドメスティック・バイオレンス）に悩んでいませんか？これらの暴力には、身体的暴力をはじめ精神的暴力や経済的暴力など、さまざまなものが挙げられます。一人で考え込まずに女性相談をご利用ください。

○とき 月曜～金曜日午前9時～正午、午後1時～5時15分（祝・休日を除く）

○ところ 市役所1階広聴人権課

※費用は無料です。秘密は守られます。

担当 広聴人権課 ☎046(252)8483 ☎046(252)0220

## 家計の困りごとを一緒に考えます「家計改善相談」

家計収支のバランスなどに問題を抱え、生活にお困りの方の相談に応じています。

専門の支援員が、家計表作成や多重債務相談、税金滞納相談などの支援を通じて、家計の見直し方法を一緒に考え、問題解決に向けて継続的に支援していきます。

一人で悩まず、気軽にご相談ください。

○とき 随時

○ところ 市役所1階生活援護課相談室他

○費用 無料

○申込方法 電話、ファクスまたは直接担当へ

担当 生活援護課 ☎046(252)8566 ☎046(252)7043

## 有料広告

### （広報ざま・市ホームページ）を募集

市では、広報ざま・市ホームページに掲載する広告を募集しています。

#### ◆広報ざま広告

○発行 毎月1日・15日

○配布 約5万部（新聞折り込み42,100部、戸別配布約3,900部、その他公共施設など）

○費用 1万5千円～6万円（サイズにより異なります）

#### ◆市ホームページバナー広告

○トップページアクセス件数 月間約4万7千件（令和元年度）

○費用 月額1万円（1枠当たり）

※掲載条件、申し込み方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

担当 市政戦略課 ☎046(252)8321 ☎046(255)5090