



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

BCG接種

とき=1月8日(水)午後1時15分~2時15分受け付け(時間厳守) ところ=市民健康センター
対象=令和元年6月生まれ(対象者には個別通知)と対象月に受けられなかった1歳未満児

育児相談

とき=1月10日(金)午前9時30分~10時30分受け付け ところ=東地区文化センター 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 参加方法=直接会場へ

4カ月児健康診査

とき=1月21日(火)午後0時30分~1時30分受け付け ところ=市民健康センター 対象=令和元年9月生まれ

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。

かんたん料理で健康づくり

生活習慣病を予防する食事の紹介と試食を行う講座を開催します。

- とき 1月24日(金)午前10時~正午
- ところ 市民健康センター
- 対象 どなたでも(生活習慣病予防に関心のある方)
- 定員 20人(申込順)
- 参加費 300円
- 持ち物 筆記用具
- 申込方法 1月17日(金)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)7225 ☎046(255)3550

分別を正しく守って ごみの少ないお正月を

年始は収集業務が無いことから、包装紙やプラスチック製容器包装などが家庭に多く残ります。包装紙やプラスチック製容器包装は、燃やすごみと分別することで資源になります。油やソースなどで汚れていない包装紙は種類ごとにまとめ、「資源(紙類)の日」に出しましょう。

また、トレイやパックなどのプラスチック製容器包装は、ラップを外して軽く水ですすぎ、重ねて袋に入れて「プラスチック製容器包装の日」に出しましょう。包装紙やプラスチック製容器包装は、分別、洗浄することで保管中の臭いも減り、猫やカラスに荒らされにくくなります。

ごみの分別収集にご協力をお願いします。

担当 資源対策課
☎046(252)7985 ☎046(252)7616

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=平成30年6月生まれ

◆歯科 とき=1月8日・15日いずれも水曜日午前9時30分~10時30分受け付け ところ=市民健康センター 対象=平成30年5月生まれ

2歳児歯科健康診査

とき=1月22日(水)午後1時~2時受け付け ところ=市民健康センター 対象=平成29年12月生まれ 持ち物=個別通知に記載

3歳6カ月児健康診査

とき=1月7日(火)午後1時~2時受け付け

ところ=市民健康センター 対象=平成28年7月生まれ 持ち物=個別通知に記載

健康相談

とき=1月20日(月)午前9時30分~10時30分受け付け ところ=市民健康センター 内容=身体測定、尿検査、血圧測定、体脂肪測定と相談、禁煙相談(1カ月以内に禁煙を始めたい方。要予約) 持ち物=健康手帳 参加方法=直接会場へ

個別健康相談

とき=随時 ところ=市民健康センター 内容=食事療法や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 ☎046(252)7043

◆休日(日曜日・祝日)昼間(1月3日(金)までを含む)

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、お間違えのないようご注意ください。

乳がん・子宮がん集団検診

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(持参しないと受診料が掛かります)。

○申込方法 1月9日(木)~17日(金)に電話または直接担当へ

※申込期間内でも定員になり次第締め切ります。

【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カ月を経過していない方、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

担当 健康づくり課
☎046(252)7225 ☎046(255)3550

表1 日程など

検診日	ところ	受付時間
2月3日(月)・5日(水)・13日(木)・17日(月)・25日(火)	市民健康センター	午前9時10分~9時25分、午前10時30分~10時45分、午後1時~1時15分、午後2時~2時15分
2月20日(木)	北地区文化センター	午前10時~10時15分、午前11時~11時15分、午後1時~1時15分、午後2時~2時15分

表2 検査内容など

	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・視触診・X線撮影(2方向)	問診・視触診・X線撮影(1方向)	問診、細胞診(頸部)
対象者(平成31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	2千円	800円
受診間隔	2年に1回		毎年