



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=10月16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=平成31年4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

ハローベビークラス(母親父親教室)

とき	内容
11月18日(月) 午後2時~4時	妊娠中におきたいこと、歯のケアについて
11月22日(金) 午後2時~4時	体重管理のこつ、骨とカルシウムについて
11月29日(金) 午後2時~4時	出産のイメージをつけよう
11月30日(土) 午前9時30分~11時45分	赤ちゃんの沐浴、妊婦疑似体験、これからに向けて

受付時間=教室開始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週の方とその夫 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=11月15日(金)までに電話で担当へ

育児相談

とき=10月18日(金)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=身体測定と食事・育児・育児の相談 持ち物=母子健康手帳 参加方法=直接会場へ

赤ちゃん教室

とき=10月25日(金)午前10時~11時30分(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=おおむね5~6カ月児とその保護者 定員=20人(申込順) 持ち物=母子健康手帳、ティースプーン 申込方法=電話で担当へ

もぐもぐ教室

とき=10月25日(金)午後2時~3時30分(受け付けは午後1時20分~1時45分) ところ=市民

健康センター 内容=離乳食のすすめ方、子どもの発達について 対象=おおむね7~8カ月児とその保護者(離乳食が2回食の赤ちゃん) 定員=20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

ぴよぴよ・チェリー教室

とき=10月30日(水)午前10時~11時30分 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共に語り合う 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歳くらいまで)とその家族 持ち物=母子健康手帳、バスタオル、おむつ、ミルクなど 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=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

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、検査内容、受診料、対象者などについては表2をご覧ください。「乳がん・子宮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かかります)。



○申込方法 11月6日(水)~13日(水)に、電話または直接担当へ

【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

表1 日程など

検診日	ところ	受付時間
12月4日(水)	東地区文化センター	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
12月12日(木)・20日(金)・22日(日)	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
12月24日(火)	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(けい部)
対象(4月1日現在)	40~48歳の偶数年齢の女性	50歳以上で偶数年齢の女性	20歳以上の女性
受診料	2,500円	2千円	800円
受診間隔	2年に1回		毎年

担当 健康づくり課 ☎046(252)7225 ☎046(255)3550

救急診療

担当 医療課 ☎046(252)7295 ☎046(252)7043

◆休日(日曜日・祝日) 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	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、お間違えのないようご注意ください。

広告 神奈川県認証未病センター オープン記念イベント

からだの衰え度チェック

ひざ 腰 お腹 血圧 姿勢 が気になる方

イベント開催日

10/17(木)

・午前10時半~午後12時半
・午後2時半~午後5時半

- ☑血管年齢測定
- ☑からだ年齢測定
- ☑足腰の強さチェック
- ☑からだの衰え度チェック
- ☑脂肪燃焼力チェック

会場 おださがプラザ 対象 女性の方限定 予約 予約不要 ※希望者は直接会場へ

定員 100名(先着順) 費用 参加費無料

問合せ 神奈川県認証未病センター カープス小田急相模原 ☎042-745-8875 (座間市相模が丘5-6-5)