



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=5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=平成30年10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=5月10日(金)午前9時30分~10時30分受け付け ところ=市公民館 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

赤ちゃん教室

とき=5月20日(月)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



4カ月児健康診査

とき=5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=平成31年1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。

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

おなかスッキリ エクササイズ

安全で効果的な運動プログラムを指導する健康運動指導士を講師に招き、おなかを引き締めるための体の動かし方を学びます。

- とき 5月31日(金)午前9時30分~11時30分(受け付けは午前9時20分まで)
- ところ 市民健康センター
- 対象 74歳以下の方
- 定員 30人(申込順)
- 持ち物 筆記用具、運動できる服装・靴、飲み物
- 申込方法 5月30日(木)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

機関 対象=平成29年10月生まれ
◆歯科 とき=5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29年9月生まれ

2歳児歯科健康診査

とき=5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 内容=歯科健診、予防処置(希望者のみ。有料)、育児相談など 対象=平成29年4月生まれ 持ち物=母子健康手帳、歯ブラシ

3歳6カ月児健康診査

とき=5月14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27年11月生まれ 持ち物=母子健康手帳

ぱくぱく幼児食教室

とき=5月28日(火)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=離乳食の完了期のすすめ方についての話(試食あり) 対象=1歳~1歳3カ月児(第1子)とその保護者 定員=16人(申込順) 持ち物=母子健康手帳、手拭き、飲み物 申込方法=5月24日(金)までに電話で担当へ

健康相談

とき=①5月13日(月)②24日(金)いずれも午前9時30分~10時30分受け付け ところ=①市民健康センター②北地区文化センター 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(対象は1カ月以内に禁煙を始めたい方。要予約) 持ち物=健康手帳(持っていない方には当日発行) 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 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

大型連休中(5月6日(月)まで)は休日急患センターが開設しない期間があります。詳しくは市ホームページをご覧ください。☎046(256)2211(代表)へお問い合わせください。

◆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。

かんたん料理で健康づくり (試食付き)

- とき 6月4日(火)午前10時~正午
- ところ 市民健康センター
- 内容 生活習慣病予防のための話と簡単にできる料理の紹介
- 定員 20人(申込順)
- 参加費 300円(材料代)
- 持ち物 筆記用具
- 申込方法 5月27日(月)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

【広告】 座間市民のみなさまへ

ご葬儀相談センター

人形供養 毎週日曜日受付

「もっと気軽に葬儀について相談したい」という方のため相鉄/小田急線の大和駅そばに相談センターを開設いたしました。文化創造拠点シリウスより徒歩3分、葬儀に関わる全てのご相談を年中無休受付しております。しくらセレモニーは相談して良かった。任せて良かった。と皆様に言われる葬儀社を目指します。

ご葬儀相談センター
大和東3-5-5大和駅より徒歩7分

小田急線 大和駅 相鉄線 大和駅
至 相模大野 469
●ベルベ
●ルネサンス ●ご葬儀相談センター
至 横浜
至 海老名
至 藤沢 ●シリウス

しくらセレモニー
家族葬・人形供養のことなら
大和市大和東3-5-5
☎046-289-2828
しくらセレモニー 検索

代表 宍倉 代表