



# 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 (http://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17日(木)・25日(金) いずれも午後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7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18日(金) 午前9時30分~10時30分 ところ=市民健康センター 内容=身体測定、食事・発育・育児相談 持ち物=母子健康手帳 参加方法=直接会場へ

### 発達相談

乳幼児期(4カ月健診後~1歳6カ月)の運動発達面について、理学療法士が相談に応じます。

- とき 2月1日(金) 午前9時~正午
  - ところ 市民健康センター
  - 申込方法 電話、ファクスまたは直接担当へ
- 担当 障がい福祉課  
☎046(252)7132 ☎046(252)7043

### 市学校保健研究会

- とき 2月7日(木) 午後1時~4時20分
  - ところ ハーモニーホール座間小ホール
  - 内容 南中学校研究発表「健康UP!生徒が主体的に考え実践へつなげる~+1Dayでもっと元気に~」、日本体育大学体育学部学校保健学研究室 野井真吾教授による講演「ちょっと気になる子どものからだと心~元気のためのおすすめ生活~」
  - 定員 200人(先着順)
  - 申込方法 1月31日(木)までに電話で問い合わせ先へ
  - 問い合わせ先 市学校保健会事務局(相模が丘小学校内)☎046(254)8202 ☎046(254)8210
- 担当 学校教育課  
☎046(252)8749 ☎046(252)4311

### 健康度見える化コーナー(未病センターさま)

市では、気軽に自分の健康状態を知ることができるように、「健康度見える化コーナー」を開設しています。  
同コーナーでは、5種類の機器を使い、体組成、血圧、血管年齢、骨健康度、脳年齢などを測定することができます。  
○利用時間 午前9時~午後4時30分(土曜・日曜日、祝・休日を除く)  
○ところ 市民健康センター  
○費用 無料

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

### 赤ちゃん教室

とき=2月14日(木) 午前10時~11時30分(受け付けは午前9時30分~9時50分) 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=2月14日(木) 午後1時20分~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=離乳食の作り方・すすめ方、育児について 対象=おおむね7~8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、抱っこひもなど 申込方法=電話で担当へ



### びよびよ・チェリー教室

とき=1月23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

### 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、お間違えないようご注意ください。

### WE LOVE ZAMA! 健康体操普及員の募集

皆さんのさらなる健康づくりの支援と普及のために、「WE LOVE ZAMA! 健康体操」体操普及員のボランティアを募集します。  
○活動内容 各コミュニティセンターや各イベントなどで普及活動を行う  
○応募条件 人前に出て皆さんと一緒に身体を動かしたい方  
○申込方法 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 ☎046(255)3550

### 口腔がん検診

市では、市内在住の方を対象に口腔がん検診を実施します。  
○とき 2月17日(日) 午前9時30分~正午  
○ところ 市民健康センター  
○定員 36人(多数抽選)  
○費用 無料  
○申込方法 1月30日(水)までに往復はがきに氏名(ふりがな)、住所、生年月日、年齢、性別、電話番号を明記し、〒252-0021座間市緑ヶ丘1-1-3(一社)座間市歯科医師会口腔がん検診係宛てに郵送(必着) ※申し込みは、はがき1枚につき一人のみ。  
○問い合わせ先 (一社)座間市歯科医師会事務局☎046(251)0345  
※抽選の結果および詳細は郵送でお知らせ。

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