



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（通話料無料）

※つながらない場合は☎03(5524)8500へ、
聴覚障がい者は専用ファクス☎03(3562)8435へ
（通話・通信料発信者負担）。

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

健康相談

とき＝1月15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（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の栄養士や保健師への相談
持ち物＝健康手帳（持っていない方は当日発行） 申込方法＝電話で担当へ

4カ月児健康診査

とき＝1月23日（火）午後0時30分～1時30分
ところ＝市民健康センター 対象＝平成29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、事前に医療機関へ連絡し、母子健康手帳を持参してください。

乳がん・子宮がん集団検診

乳がん、子宮がんの早期発見を目的として、集団検診を実施します。6月に対象者へ送付した「がん検診無料クーポン券」をお持ちの方は、検診当日に持参してください。詳しくは、
下表をご覧ください。



授乳中の方は乳がん検診を、妊娠中および産後2カ月未満の方は子宮がん検診を受診できません。また、今年度に乳がん・子宮がん施設検診を受診した方は両検診を受診できません。

○とき ①2月2日（金）・5日（月）・7日（水）・11日（日）・27日（火）②2月13日（火）いずれも受け付けは午前9時～10時30分、午後1時～2時から15分間

○ところ ①市民健康センター②北地区文化センター

	乳がん(受診は2年に1度)		子宮がん
対象（平成29年4月1日現在）	(A) 40～48歳の偶数年齢の方	(B) 50歳以上で偶数年齢の方	20歳以上の方
内容	問診、視触診、X線撮影（(A)は2方向、(B)は1方向）		問診、細胞診（けい部）
費用	2,500円	2,000円	800円

○申込方法 1月9日（火）～17日（水）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

1歳6カ月児健康診査

◆内科 とき＝対象者に個別通知 ところ＝指定医療機関 対象＝平成28年6月生まれ

◆歯科 とき＝1月10日・17日いずれも水曜日午前9時30分～10時30分 ところ＝市民健康センター 対象＝平成28年5月生まれ

2歳児歯科健康診査

とき＝1月24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27年12月生まれ 持ち物＝対象者に個別通知

3歳6カ月児健康診査

とき＝1月16日（火）午後1時～2時 ところ＝

市民健康センター 対象＝平成26年7月生まれ
持ち物＝対象者に個別通知

育児相談

とき＝1月12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、食事・発育状態・育児相談 持ち物＝母子健康手帳 参加方法＝直接会場へ

BCG接種

とき＝1月5日（金）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29年6月生まれ（対象者に個別通知）と対象月に受けられなかった1歳未満児



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（水）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)
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の問い合わせ先 ☎119

※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。

おいしい減塩 すべての生活習慣病は腎臓に通ず

減塩の工夫や減塩食の試食、健康診査（健診）から腎機能を知る方法などを学ぶ講座を開催します。

塩分濃度測定を希望する方は、味噌汁などの汁物約30ミリリットルを持参してください（一人1品）。

※タンパク・カリウム制限中の方は試食できません。

○とき 2月2日・9日いずれも金曜日午前10時～11時30分（最終日は正午まで。全2回）

○ところ 市民健康センター

○定員 30人（申込順）

○参加費 500円

○持ち物 健康手帳（持っている方）、最近の健診結果

○申込方法 1月26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

相模が丘地域健康講座

相模台病院院長大谷剛正さんを講師に招き、胃がんや大腸がん、ピロリ菌の注意点などについての講演会を開催します。



○とき 1月24日（水）午後1時30分～3時

○ところ 相模が丘コミュニティセンター（相模が丘3-38-1）

○対象 市内在住・在勤者

○定員 50人（申込順）

○参加費 無料

○申込方法 1月23日（火）までに電話、ファクスまたは直接問い合わせ先か担当へ

○問い合わせ先 相模が丘コミュニティセンター ☎☎046(258)3000

担当 北地区文化センター
☎042(747)3361 ☎042(747)8542