



# 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

### BCG接種

とき=①12月5日(火)②15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=①平成29年5月生まれ②6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	ところ
12月8日(金) 午前9時30分~10時30分受け付け	ひばりが丘コミュニティセンター
12月15日(金)	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=当日直接会場へ

### 「ストップ!メタボ きょうから始める運動習慣」

- とき 平成30年1月9日(火)、2月26日(月)いずれも午前9時30分~11時30分(受け付けは午前9時20分まで)(全2回)
- ところ 市民健康センター 多目的ホール
- 内容 講義、ウォーキングの基本、基礎体力をつける体操など
- 講師 健康運動指導士
- 対象 74歳以下で両日参加可能な方
- 定員 30人(申込順)
- 持ち物 健康手帳(持っていない方は当日発行)、筆記用具、飲み物、運動できる服装と靴
- 申込方法 平成30年1月5日(金)までに電話またはファクスで担当へ(ファクスの場合はファクス番号を必ず明記)

担当 健康づくり課 ☎046(252)7225 ☎046(255)3550

### 12月で終了する施設検診

前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診、成人歯科健診の施設検診の受け付けは各医療機関の最終診療日までです。指定医療機関に電話予約の上、5月に対象者へ送付した施設検診受診確認票を持参し受診してください。

詳しくは、担当へお問い合わせください。  
担当 健康づくり課 ☎046(252)7225 ☎046(255)3550

### 4カ月児健康診査

とき=12月19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8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=対象者に個別通知 ところ=指定医療機関 対象=平成28年5月生まれ

◆歯科 とき=12月13日・20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4月生まれ

### 2歳児歯科健康診査

とき=12月27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11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=12月12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26年6月生まれ 持ち物=個別通知に記載

### 健康相談

とき=12月18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=尿検査、身体・血圧・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

### 赤ちゃん教室

とき=12月22日(金)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=離乳食の作り方とすすめ方、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

### 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)
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。

### 市民講座 屋根・外壁塗り替えセミナーのお知らせ

日時 12月9日(土) 受付/9:45~ 開始/10:00 終了/12:00 定員 20名(要予約) 参加費 無料

会場 サニープレイス座間 3F 講習室 神奈川県座間市緑ヶ丘1-2-1

全国各地で年間400回以上の市民講座を開催してきた一般社団法人市民講座運営委員会が、このたび、12月9日(土)に座間市の会場にて、後悔しない塗り替え施工のノウハウを一般の方にも分かり易く専門家である一級塗装技能士(国家資格)から聞ける市民講座を開催する。参加は無料だが、電話申し込みが必要。

外壁・屋根の塗装は、専門的な知識や技術が必要なため施工業者を信頼してすべてを任せざるを得ない。しかし、専門的な知識を持っているはずの施工業者が正規の施工仕様を守らず、不良施工になるケースが後を絶たない。その為、信頼できる施工業者を選択する為には消費者にも正しい知識を身に付ける事が求められている。

そこで、この市民講座では一級塗装技能士である皆川一氏が解説するスクリーン映像を使って、トラブルにならないための塗装の正しい知識を一般のみならずにも分かり易く説明する。参加申し込みは電話で、一般社団法人市民講座運営委員会☎0120-689-419(午前9時~午後6時)へ。



参加申し込みはこちらへ  
一般社団法人市民講座運営委員会  
☎0120-689-419  
【受付時間 9:00~18:00】

主催 (一社)市民講座運営委員会|東京都千代田区富士見1-6-1-10F 協賛 プロタイムズ大和店(株)ウスイ建築|神奈川県大和市下鶴間2791-15

### ご利用ください 特定健康診査など

市では、平成30年3月31日(土)まで各健康診査を実施しています。詳しくは、担当へお問い合わせください。

- 対象 ①特定健康診査=4月1日以前から国民健康保険に引き続き加入する40歳(年度内に40歳になる方を含む)~74歳までの方(年度内に75歳になる方は75歳の誕生日前日まで)②国保健康診査=4月1日以前から国民健康保険に引き続き加入する35歳(年度内に35歳になる方を含む)~39歳③後期高齢者健康診査=後期高齢者医療制度に加入する方(年度内に75歳になる方は75歳の誕生日から)
- 受診料 ①2千円(平成29年度市民税非課税世帯の方は無料)②2千円③無料
- 受診方法 6月中旬に対象者へ送付した受診券と健康診査票、保険証を指定医療機関へ持参(市への申込不要)

担当 ①②について 国保年金課 ☎046(252)7672 ☎046(252)7043  
③について 健康づくり課 ☎046(252)7225 ☎046(255)3550