



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=①7月5日(水)②13日(木)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28年12月生まれ②平成29年1月生まれ(対象者には個人通知)と対象月に受けられなかった1歳未満児

育児相談

とき=①7月7日②14日いずれも金曜日午前9時30分～10時30分受け付け ところ=①東地区文化センター②市民健康センター 内容=身体測定、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

4カ月児健康診査

とき=7月18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=3月生まれ

光化学スモッグなどの発生にご注意を

「光化学スモッグ」は、工場や自動車などの排出ガスに含まれる窒素酸化物や揮発性有機化合物が紫外線を受け汚染物質を生成することにより発生し、喉や目に痛みを起すことがあります。注意報発令時は、黄色い看板や防災無線、緊急情報いさまメールで注意を呼びかけるので、屋外での激しい運動は控えましょう。また、「微小粒子状物質(PM2.5)」の高濃度予報などを受信した場合も防災無線と緊急情報いさまメールでお知らせするので、屋外での激しい運動や不要不急の外出は控えましょう。

担当 環境政策課 ☎046(252)8214 ☎046(257)7743

熱中症にご注意を

熱中症は、野外だけでなく屋内でも発症し、命に関わる場合があります。

【熱中症を防ぐポイント】

- 外出するときは、帽子や日傘などで直射日光を避ける。
- 屋外で活動するときは、こまめに休み、スポーツドリンクなどで水分を補給する。また、屋内などで動いていないときも水分補給をする。
- 部屋の中は風通しを良くし、高温多湿にならないようにする。
- 暑い場所では、長時間の作業やスポーツなどは避ける。
- 日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりをする。

【熱中症かなと思ったら】

- 涼しい日陰や冷房の効いた場所へ移動する。
 - 衣服を緩めて体を冷やす。
 - 冷やしたタオルなどを脇の下、足の付け根に当て、体を冷やす。
 - スポーツドリンクや薄い食塩水などの少量を数回に分けて飲む。
- ※反応が鈍いときなどは、すぐに救急車を呼びましょう。

担当 健康づくり課 ☎046(252)7995 ☎046(255)3550

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。対象者には個人通知をしますので、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=指定医療機関 対象=平成27年12月生まれ

◆歯科 とき=7月12日・19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27年11月生まれ



2歳児歯科健康診査

とき=7月26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6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=7月11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1月生まれ 持ち物=個別通知に記載

ぴよぴよ・チェリー教室

とき=8月2日(水)午前10時～11時30分 ところ=市民健康センター 内容=子育ての悩みなどを保健師や助産師と語り合う 対象=1歳ぐらいまでの2,500グラム未満で生まれた乳児および双子以上の多胎児とその家族 持ち物=母子健康手帳、バスタオル、おむつなど 申込方法=電話予約

健康相談

とき=7月10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、血圧測定、尿検査、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



個別健康相談

とき=随時 ところ=市民健康センター 内容=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=電話予約

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、お間違のないようご注意ください。

市内で働く意思のある看護師等奨学生を募集

市では、市内で働く保健・助産・看護・准看護師(以下、看護職)の育成を目的に奨学金貸付制度を実施しており、養成施設卒業後に市内で一定期間看護職を継続した方は償還が免除になります。詳しくは、担当へお問い合わせください。

- 募集期間 7月3日(月)～31日(月)
- 募集人数 4人程度
- 選考方法 書類審査および面接(面接は8月19日(土)を予定)
- 貸付額 授業料相当額(上限月額3万円)
- 貸付期間 申請月から養成施設卒業まで
- 償還免除条件 養成施設卒業の翌月から奨学

金貸付期間と同期間を継続して市内医療機関で看護職に従事

○申込方法 市役所1階医療課で配布する申請書(市ホームページからダウンロード可)に必要な事項を記入し、住民票の写し(申請者が未成年の場合は法定代理人の写しを追加)、連帯保証人二人分の住民票の写しおよび所得証明書(1年度分)、入学証明書または在学証明書、授業料を証明する書類、履歴書を添えて書留で〒252-8566座間市役所医療課宛てに郵送(必着)または直接担当へ

担当 医療課 ☎046(252)7295 ☎046(252)7043