



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

B C G接種

とき＝1月6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28年6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＝1月13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＝身体測定と食事・発育状態・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＝1月24日（火）午後0時30～1時30分受け付け
ところ＝市民健康センター
対象＝平成28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＝対象者に通知します
ところ＝指定医療機関
対象＝平成27年6月生まれ
◆歯科 とき＝1月11日・18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27年5月生まれ

2歳児歯科健康診査

とき＝1月25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26年12月生まれ
申込方法＝個別通知を確認

3歳6カ月児健康診査

とき＝1月17日（火）午後1時～2時
ところ＝市民健康センター
対象＝平成25年7月生まれ
持ち物＝詳細は個別通知を確認

健康相談

とき＝1月16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（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＝食事療法や健康全般についての栄養士・保健師による相談
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（12月29日（木）～平成29年1月3日（火）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	☎042(756)9000	相模原南メディカルセンター（相模原市相模大野）	午前9時～11時30分、午後1時30分～4時30分
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。

第3期乳がん・子宮がん集団検診

申し込みは1月5日から

1月5日（木）から第3期の乳がん・子宮がん集団検診の申込受付が始まります。日程や場所については表1を、対象者や受診料、検診当日の受付時間については表2をご覧ください。

○申込方法 1月5日（木）～13日（金）に電話で担当へ

※申込期間内でも定員になり次第締め切ります。

※平成28年度の「がん検診無料クーポン券」が届いた方は、検診当日に必ず持参してください。持参していない場合は受診料がかかります。

【以下の方は受診できません】

▽乳がん集団検診＝授乳中の方、今年度すでに乳がん施設検診を受診した方

▽子宮がん集団検診＝妊娠中および産後2カ月未満の方、生理中の方、今年度すでに子宮がん施設検診を受診した方

担当 健康づくり課
☎046(252)7225 ☎046(255)3550

表1 日程と検診場所

とき	ところ
2月1日（水）	東地区文化センター
2月6日（月）	市民健康センター
2月9日（木）	
2月12日（日）	
2月17日（金）	
2月28日（火）	

表2 検査内容、対象者、受付時間など

	乳がん集団検診（40歳代）	乳がん集団検診（50歳以上）	子宮がん集団検診
検査内容	問診・視触診・X線撮影（2方向）	問診・視触診・X線撮影（1方向）	問診、細胞診（けい部）
対象者（平成28年4月1日現在）	40歳～48歳の偶数年齢の女性	50歳以上で偶数年齢の女性	20歳以上の方
検診当日の受付時間	午前9時～9時15分、午前10時30分～10時45分、午後1時～1時15分、午後2時～2時15分		
受診料	2,500円	2千円	800円
受診間隔	2年に1回	2年に1回	毎年

おいしい減塩

～全ての生活習慣病は
腎臓に通ず～

○とき 2月2日（木）午前10時～11時30分・9日（木）午前10時～正午（2日間コース）

○ところ 市民健康センター

○内容 食品の塩分量、減塩の工夫、1食あたり2.0グラム程度の食事試食、健診結果から自分の腎機能を知るなど

○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）、筆記用具、直近の健診結果、塩分濃度測定をご希望の方はご家庭のみそ汁やお吸い物30ミリリットル程度（一人一品）

○申込方法 1月26日（木）までに直接または電話で担当へ

※医療機関でタンパクまたはカリウム制限の指示を受けている方は試食できない場合があります。事前にお問い合わせください。

担当 健康づくり課
☎046(252)7225 ☎046(255)3550