



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=①4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27年9月生まれ②平成27年10月生まれ(いずれの対象者にも個人通知します) ※対象月に受けられなかった1歳未満児はいずれの日程でも受診できます。

育児相談

とき=①4月8日②15日いずれも金曜日午前9時30分～10時30分 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

もぐもぐ教室

とき=4月22日(金)午前9時15分～9時45分(教室は午前11時30分ぐらいまで) ところ=市民健康センター 内容=離乳食のすすめ方、子どもの発達について 対象=おおむね生後7～8カ月児とその保護者(離乳食が2回食の赤ちゃん) 定員=30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=電話予約

赤ちゃん教室

とき=4月26日(火)午前10時～11時30分(受け付けは午前9時50分まで) 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(これから離乳食を始める赤ちゃん) 定員=30人(申込順) 持ち物=母子健康手帳、ティースプーン 申込方法=電話予約

4カ月児健康診査

とき=4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27年12月

目指せ! 骨☆元気

- とき 4月25日(月)午前9時30分・10時・10時30分
- ところ 市民健康センター
- 内容 骨密度測定、測定後の結果説明と生活・栄養の話
※素足で測定しますので、脱ぎやすい靴下でご参加ください。
※足が冷えていると測定できない場合がありますので、あらかじめご了承ください。
- 対象 20歳以上の方で、ここ1年間で一度も骨密度を測ったことのない方(骨に関し医療機関受診中(内服中)の方を除く)
- 定員 各回10人
- 参加費 300円(資料代)
- 持ち物 筆記用具、健康手帳(持っていない方には当日発行します)
- 申込方法 4月21日(木)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

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、母子健康手帳をお持ちになり受診してください。

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26年9月生まれ
◆歯科 とき=4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26年8月生まれ

2歳児歯科健康診査

とき=4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 内容=歯科健診、予防処置と育児相談など(予防処置は希望者のみで有料) 対象=平成26年3月生まれ 持ち物=母

子健康手帳、歯ブラシ 参加方法=直接会場へ

3歳6カ月児健康診査

とき=4月12日(火)午後1時～2時 ところ=市民健康センター 対象=平成24年10月生まれ 持ち物=母子健康手帳

健康相談

とき=4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=身体測定、尿検査、血圧測定、体脂肪測定と相談、禁煙相談(対象は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(持っていない方には当日発行します) 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	(市民健康センター1階)	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。
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8時 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。

健康度見える化コーナー(未病センターさま)測定会

高精度体成分分析装置などを設置した「健康度見える化コーナー(市民健康センター内)」の開設に合わせて測定会を開催します。

- とき 4月18日(月)午前10時・10時30分・11時
- ところ 市民健康センター
- 定員 各回10人
- 申込方法 4月15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

介護予防のための歯つらつお食事講座

地域の市民の交流を行う「いきいき会」が、栄養不足による免疫力・筋力低下を防ぐための口内の健康法や食事法を介護保険課の歯科衛生士・管理栄養士から学ぶ講座を開催します。

- とき 4月21日(木)午前10時～正午
- ところ 北地区文化センター
- 対象 65歳以上の方、介護予防に関心がある方
- 持ち物 手鏡、筆記用具
- 参加方法 当日直接会場へ

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