



けんこう

【保健センター】
〒359-0025・上安松1224-1
☎2991-1811・FAX2995-1178

★保健センターで実施する事業

●☎印…保健センターへ電話予約
(番号は正確に/FAX不可)

| 事業名 | 日時・内容等 |
|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 母親学級 11月コース (予約制) | ▶とき：11月6日(月)・13日(月)・21日(火) (全3回) / 午後1:00~4:00、21日(火)は午前9:45~午後1:00 (開始15分前から受付) ▶内容：妊娠中の保健と生活(栄養・歯科講話を含む)、新生児の保育について ▶対象：平成19年2月~4月に産予定の初産婦とその配偶者 ▶費用：500円(調理実習材料費) ▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具 11月6日(月)は歯ブラシ、手鏡、タオル ●☎：10月3日(火)~10日(火) |
| 両親学級 (予約制) | ▶とき：10月14日(土) / 午前9:30~正午、もしくは午後1:30~4:00 (いずれも開始15分前から受付) ▶内容：沐浴実習、夫婦でできる妊婦体操等実技、ビデオ視聴等 ▶対象：平成18年12月~19年2月に産予定の初産婦とその配偶者。ただし、夫婦で参加できる方に限ります ▶定員：申し込み先着24組 ▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具 ●☎：10月3日(火)~ |
| 3か月 1歳6か月 3歳児 健康診査 | ▶健康診査日の2週間前までに、対象児あてに通知を郵送します。転入等で通知を受け取っていない場合は、保健センターへ連絡してください。 ◎3歳児健康診査は3歳3か月時に実施します。 |
| 乳幼児 健康相談 (予約制) | ▶とき：《育児》10月25日(水)、11月7日(火)、13日(月)《栄養》10月16日(月)《歯科》10月24日(火) / いずれも午前中のみ ▶定員：いずれも申し込み先着3人 ●☎：10月3日(火)~ |
| 子育て教室 (予約制) | ▶とき：11月15日(水) / 午前10:00~11:50 (開始15分前から受付) ▶内容：離乳食の進め方、歯の健康、保育についての講話等 ▶対象：平成18年5月~6月生まれの第1子とその保護者 ▶定員：申し込み先着40組 ▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具 ●☎：10月3日(火)~ |
| 離乳食教室 (もくもく期) (予約制) | ▶とき：11月2日(木)、14日(火) / いずれも午前10:00~正午 (開始15分前から受付) ▶内容：中期食・後期食の進め方の講話と試食、歯科衛生士の講話 ▶対象：平成18年3月~4月生まれの乳児の保護者 ▶定員：いずれも申し込み先着35人 ▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具 ●☎：10月3日(火)~ |
| 2歳児歯科 健康教室 (予約制) | ▶とき：11月6日(月)、27日(月) / いずれも午後0:50~1:10 (受付) ▶内容：歯科診察、栄養指導、歯磨き指導、フッ素塗布、育児相談、歯科相談、栄養相談 ▶対象：平成16年5月生まれの幼児 ▶定員：いずれも申し込み先着50人 ●☎：10月4日(水)~11日(水) |
| BCG接種 | ▶とき：11月30日(木) / 午前9:30~10:30、午後1:30~2:30 (受付) ▶対象：平成18年8月生まれの乳幼児 (対象者には事前に実施日を通知します) ▶持ち物：母子健康手帳、体温計、予診票 (会場にも用意してあります) ◎上記対象者以外で、生後6か月未満の未接種の方も接種できます。希望者は直接会場へお越しください。 |
| ポリオ | ▶とき：11月13日(月)、14日(火)、15日(水)、16日(木)、17日(金)、20日(月) / いずれも午後1:30~2:30 (受付) ▶対象：平成18年1月~6月生まれの乳幼児 (対象者には事前に実施日を通知します) ▶持ち物：母子健康手帳、体温計、予診票 (会場にも用意してあります) ◎上記対象者以外で、生後3か月以上90か月未満の未接種の方も接種できます。希望者は直接会場へお越しください。 |
| 成人 健康相談 (予約制) | 《健康なんでも相談》▶とき：毎週水曜日▶内容：病気の予防・療養方法・食事・運動等のさまざまな健康についての相談▶相談員：保健師《歯科相談》▶とき：毎週火曜日▶内容：歯周病予防、入れ歯の手入れの方法等▶相談員：歯科衛生士《栄養相談》▶とき：毎週木曜日▶内容：生活習慣病予防、バランスの良い食事等▶相談員：栄養士《糖尿病相談》▶とき：10月23日(月)▶内容：糖尿病の予防・食事・運動・治療等の生活全般の相談▶相談員：保健師・栄養士 ●☎：10月2日(月)~ |
| 健診 結果相談 (予約制) | ▶とき：①10月30日(月)②11月9日(木) / ①②とも午前9:00~午後2:00③11月2日(木) / 午後1:00~2:00 (すべて1時間毎の予約制) ▶内容：健診結果の見方、食事・運動等の生活習慣に関する個別相談 ▶対象：健康診査等の結果で相談を希望する方 ▶相談員：保健師・栄養士 ◎原則として相談希望日の10日前までに申し込んでください。申し込みされた方には事前に案内を郵送します。 ●☎：10月4日(水)~ |
| 食べる 健康教室 (予約制) | ▶とき：10月25日(水) / 午前9:30~午後1:00 ▶テーマ：中性脂肪が心配 ▶内容：やさしい栄養学、調理実習 ▶定員：申し込み先着35人 ▶参加費：500円 ▶持ち物：エプロン、三角せん ●☎：10月4日(水)~ |
| 成人歯科 健康教室 (予約制) | ▶とき：10月26日(木) / 午後1:30~3:30 ▶内容：講話「知って得する歯周病予防の話」、歯科相談、口の中の自己観察、口の役割の実体験、効果的な歯磨きの実習 ▶定員：申し込み先着20人 ◎申し込みされた方には事前に案内を郵送します。 ●☎：10月4日(水)~ |

★訪問等で実施する事業

| 事業名 | 内容等 |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| 新生児・ 妊産婦訪問 | ▶訪問希望の方は、母子健康手帳に付いている出生連絡票を保健センターへ郵送、または電話連絡してください。市役所市民課の窓口でも投函できます。必要に応じて保健師または助産師が訪問します。 |

★市役所・公民館等で実施する事業

| 事業名 | 日時・内容等 |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 乳幼児 健康相談 | ▶とき・ところ：11月9日(木)・新所沢公民館、11月17日(金)・松井公民館、11月30日(木)・小手指公民館 / いずれも午前9:30~10:30 (受付) ▶内容：身体計測、保健師・栄養士による健康相談 ▶持ち物：母子健康手帳 ◎希望者は直接会場へお越しください。駐車場の狭いため、車での来場はできるだけご遠慮ください。 |
| 出張成人 健康相談 | ▶とき：①10月3日(火)、11月7日(火)②10月11日(水)、11月8日(水) / いずれも午後1:30~3:00 ▶ところ：①狭山ヶ丘コミュニティセンター ②山口公民館 ▶内容：個別相談(食事や運動の方法・検査数値の見方・歯周病の予防等)、血圧・体脂肪測定 ▶相談員：保健師・栄養士・歯科衛生士 ◎希望者は直接会場へお越しください。 |
| おしゃべり 健康サロン | ▶とき：10月11日(水)、11月8日(水) / 午前10:00~正午 ▶ところ：山口公民館 ▶内容：血圧・体脂肪測定、健康ワンポイント勉強会(10月…認知症について、11月…お口の健康づくり~だ液の働きを見直そう~) ◎希望者は直接会場へお越しください。 |
| 健診 結果相談 (予約制) | ▶とき・ところ：10月18日(水) / 午前9:30~午後2:00・市役所、10月20日(金) / 午前9:30~午後2:00・新所沢公民館、11月1日(水) / 午前9:30~午後2:00・市役所、11月7日(火) / 午前9:30~10:30・狭山ヶ丘コミュニティセンター、11月8日(水) / 午後1:00~2:00・山口公民館 (すべて1時間毎の予約制) ▶内容：健診結果の見方、食事・運動等の生活習慣に関する個別相談 ▶対象：健康診査等の結果で相談を希望する方 ▶相談員：保健師・栄養士 ◎原則として相談希望日の10日前までに申し込んでください。申し込みされた方には事前に案内を郵送します。 ●☎：10月4日(水)~ |

★休日・夜間診療

| 事業名 | 日時等 |
|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 休日 歯科診療 | ▶とき：10月1日(日)、8日(日)、9日(祝)、15日(日)、22日(日)、29日(日)、11月3日(祝)、5日(日) ▶ところ：保健センター内・歯科診療所あおぞら(上安松1224-1 / ☎2995-1171) ▶受付時間：午前9:00~11:30 |
| 小児科 日曜日 急患診療 | ▶とき：10月1日(日)、8日(日)、15日(日)、22日(日)、29日(日)、11月5日(日) ▶ところ：市民医療センター(上安松1224-1 / ☎2992-1151) ▶受付時間：午前10:00~11:30、午後2:00~4:30 ◎休診する場合があります。 |
| 小児 夜間診療 | ▶ところ：市民医療センター(上安松1224-1 / ☎2992-1151) ▶受付時間：月~金曜日…午後7:30~10:15、土・日曜日…午後6:00~8:45 ◎10月9日(祝)は休診します(ほかに休診する場合があります)。 |

休日急患当番医 所沢市医師会

●救急患者に限ります ●往診は原則としてしません ●電話相談は受け付けません

■当番時間：午前9時~午後5時 ■都合により診療機関が変更になる場合があります。

| 診療日 | 診療機関名 | 診療科目 | 所在地 | 電話番号 |
|---------------|----------------|----------------------|------------------|-----------|
| 10月1日 (日) | ひろせクリニック | 内・アレ・リウ・小・消・循 | 緑町2-14-7 | 2920-2111 |
| | 平沢記念病院 | 精・神内・心内 | 北野3-20-1 | 2947-2466 |
| | 所沢明生病院 | 内・外・呼・整・消・脳 | 山口5095 | 2928-9110 |
| 10月8日 (日) | 吉岡クリニック | 内・循・消・呼・皮・アレ・心内・精・神内 | 花園2-2351-18 | 2942-3116 |
| | 東狭山ヶ丘辻本クリニック | 脳・内・外・胃・整・肛・皮・泌・リハ | 東狭山ヶ丘4-2696-1 | 2923-8661 |
| | 所沢秋津診療所 | 内 | 上安松1-8 | 2945-8899 |
| 10月9日 (祝) | 宮川医院 | 内・呼・消・循・小・皮 | 松葉町10-11・1F | 2992-3200 |
| | 平岡眼科医院 | 眼 | 東町11-1-207 | 2922-1126 |
| 10月15日 (日) | まつおか内科クリニック | 内・呼・アレ・皮 | 下安松1034-1 | 2945-7911 |
| | 瀬戸病院附属西所沢クリニック | 内・産・婦 | 西所沢1-12-3 | 2924-3332 |
| 10月22日 (日) | 赤坂整形外科 | 整・リハ・外・内 | けやき台2-29-24 | 2928-7450 |
| | けやき内科 | 内・循・消・小・皮 | 並木3-1-7-102 | 2995-2299 |
| | みずの内科クリニック | 内・消 | 中新井4-27-4 | 2942-4100 |
| 10月29日 (日) | 深井眼科医院 | 眼 | 小手指町1-26-9 | 2928-6900 |
| | 松が丘クリニック | 内・外・小・胃・皮 | 松が丘1-52-19 | 2928-5666 |
| 11月3日 (祝) | むくのきクリニック | 内・循 | くすのき台1-12-10・B1F | 2993-1015 |
| | 岡田耳鼻咽喉科 | 耳 | 有楽町16-21 | 2926-8505 |
| | 三浦クリニック | 循・内 | 三ヶ島3-1394-4 | 2938-2887 |
| 11月5日 (日) | 木澤クリニック | 内・婦・小・外・アレ | 松葉町24-3 | 2991-6767 |
| | 東所沢整形外科 | 整・形・皮・アレ・リウ | 東所沢1-18-5 | 2951-5201 |
| 11月5日 (日) | 西部クリニック | 消・内・整・皮 | 星の宮1-1-10 | 2926-5851 |
| | かえで内科医院 | 内 | 緑町4-47-20 | 2939-3555 |
| | 斉藤耳鼻咽喉科医院 | 耳 | 西住吉6-22 | 2922-3980 |
| | デルタクリニック | 内・消 | くすのき台2-5-1・1F | 2996-5157 |

◎「休日・夜間診療」および「休日急患当番医」については、当該月分とその翌月初旬分の予定を掲載しています。