



# 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 5月コース (予約制)	▶とき：5月7日(月)、14日(月)、23日(水) (全3回) / 午後1:00~4:00、23日(水)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、調理実習等▶対象：平成19年8月~10月に産産予定の初産婦とパートナー▶費用：500円(調理実習材料費)▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具。5月7日(月)は歯ブラシ、手鏡、フェイスタオル ●☎：4月3日(火)~10日(火)
両親学級 (予約制)	▶とき：4月14日(土) / 午前9:30~正午(開始15分前から受付) ▶内容：沐浴実習、パートナーとできる妊婦体操等実技、ビデオ視聴▶対象：平成19年6月~8月に産産予定の初産婦とパートナー。ただし、パートナーと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、バスタオル ●☎：4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。
子育てサロン ところっこ	▶とき：4月17日(火) / 午前10:00~11:30 (開始15分前から受付) ▶内容：参加者どうしの交流会▶対象：妊娠中の10代の方、または10代で妊娠・出産をして未就園のお子さんを育てている母親とパートナー▶持ち物：母子健康手帳、お子さんに必要なもの(ミルク、オムツ、おもちゃなど) ◎希望者は直接会場へお越しください。
乳幼児 健康相談 (予約制)	▶とき：《離乳食》4月6日(金)、24日(火) (グループでも参加できます) 《食事》4月10日(火) 《歯科》4月25日(水) / いずれも午前中のみ▶定員：いずれも申し込み先着3人▶持ち物：母子健康手帳(歯科相談は歯ブラシ) ●☎：4月3日(火)~
離乳食教室 (ごっくん期) (予約制)	▶とき：5月21日(月) / 午前10:00~11:30 (開始15分前から受付) ▶内容：離乳食初期の進め方、歯の健康についての講話▶対象：平成18年11月~12月生まれの乳児と保護者▶定員：申し込み先着50組▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、バスタオル ●☎：4月3日(火)~
離乳食教室 (ぱくぱく期) (予約制)	▶とき：5月16日(水) / 午前10:00~11:30 (開始15分前から受付) ▶内容：完了期食の進め方の講話と試食、歯科衛生士の講話と歯磨き指導▶対象：平成18年2月~3月生まれの幼児と保護者▶定員：申し込み先着25組▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、お手ふき、飲み物(さ湯または麦茶)、歯ブラシ ●☎：4月10日(火)~
2歳児歯科 健康教室 (予約制)	▶とき：5月7日(月)、28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11月生まれの幼児▶定員：いずれも申し込み先着50人 ●☎：4月4日(水)~11日(水)
BCG接種	▶とき：5月31日(木) / 午前9:30~10:30、午後1:30~2:30 (受付) ▶対象：平成19年2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：5月15日(火)、16日(水)、17日(木)、18日(金)、21日(月)、22日(火) / いずれも午後1:30~2:30 (受付) ▶対象：平成18年7月~12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：4月9日(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 ●☎：4月2日(月)~
ところ21 男性料理教室	▶とき：5月8日(火) / 午前9:30~午後1:00▶テーマ：血管を大切にしよう▶内容：生活習慣病予防の食事、初心者向き調理実習▶定員：申し込み先着36人▶参加費：500円▶持ち物：エプロン、三角さん ●☎：4月2日(月)~
ところ21 栄養教室	▶とき：5月15日(火) / 午前9:30~午後1:00▶テーマ：しっかり食べて、代謝の良い身体を作ろう▶内容：ヘルシーな食事作りの講話、簡単な調理実習▶対象：おおむね64歳以下の方▶定員：申し込み先着36人▶参加費：500円▶持ち物：エプロン、三角さん ●☎：4月2日(月)~
優しい 健康食教室	▶とき：5月23日(水) / 午前9:30~午後1:00(栄養相談は午後1:00から)▶テーマ：自分にあったバランスの良い食事▶対象：おおむね65歳以上の方▶内容：不足しがちな栄養についての講話、簡単な調理実習、栄養相談▶定員：申し込み先着36人▶参加費：500円▶持ち物：エプロン、三角さん ●☎：4月2日(月)~
成人歯科 健康教室 (予約制)	▶とき：4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、効果的な歯磨き方法の実習▶定員：申し込み先着20人◎申し込みされた方には事前に問診票を郵送します。 ●☎：4月2日(月)~
成人歯科 検診	▶とき：6月~10月の指定日▶内容：口腔内診査・歯科指導▶対象：市内在住で平成19年度中に40歳・50歳・60歳・70歳になる方▶一部負担金：500円▶申し込み方法：はがきに①成人歯科検診希望②住所③氏名(ふりがな)④生年月日(年齢)⑤電話番号を記入のうえ、4月9日(月)から27日(金)までに保健センター成人保健課(〒359-0025・上安松1224-1)へ郵送▶対象者の生年月日：40歳(昭和42年4月1日~43年3月31日)、50歳(昭和32年4月1日~33年3月31日)、60歳(昭和22年4月1日~23年3月31日)、70歳(昭和12年4月1日~13年3月31日)

### ★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：5月10日(木)・新所沢公民館、5月15日(火)・松井公民館、5月24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・歯科衛生士による健康相談▶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・ところ：4月3日(火)、5月8日(火)・狭山ヶ丘コミュニティセンター、4月11日(水)、5月9日(水)・山口公民館 / いずれも午後1:30~3:00▶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：4月11日(水)、5月9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、健康ワンプoint勉強会◎希望者は直接会場へお越しください。

### ★休日・夜間診療

事業名	日時等
休日 歯科診療	▶とき：4月1日(日)、8日(日)、15日(日)、22日(日)、29日(祝)、30日(休)、5月3日(祝)、▶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◎診療日については変更になる場合があります。
小児科 日曜日 急患診療	▶とき：4月1日(日)、8日(日)、15日(日)、22日(日)、29日(祝)、5月6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◎4月30日(休)、5月3日(祝)、4日(祝)、5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
4月1日 (日)	島内科医院	内・胃	北中3-60-9	2926-0080
	所沢眼科クリニック	眼	日吉町9-3・2F	2924-1953
	吉川外科胃腸科医院	胃・外・整	泉町914-17	2923-5670
4月8日 (日)	太田胃腸科外科クリニック	内・消・胃・外・肛・泌	小手指町3-24-5	2948-1231
	細川耳鼻咽喉科医院	耳・皮	緑町2-22-8	2939-4005
	北所沢病院	内・皮・リハ	下富1270-9	2943-3611
4月15日 (日)	石塚クリニック	内・胃・外・理	上新井110-2	2925-9955
	町田整形外科医院	整・外	松葉町4-22	2992-5873
	所沢腎クリニック	内・泌	下安松1564-1	2945-6600
4月22日 (日)	航空公園西口内科	内	喜多町4-8	2925-8000
	青木耳鼻咽喉科 気管食道科医院	耳・気	東所沢1-10-13	2945-4321
	関根内科クリニック	内・循	御幸町6-6	2926-0636
4月29日 (祝)	所沢メディカルクリニック	内・循・小	中富南2-21-7	2943-1581
	堀江医院	内・胃・外・皮・肛	小手指町3-11-16	2949-8811
	所沢武蔵野クリニック	精・神・心療	くすのき台1-2-1・3F	2994-5813
4月30日 (休)	うえむらクリニック	内・小・リハ・皮	御幸町5-15	2923-2921
	田中皮膚科クリニック	皮	狭山ヶ丘2-1-7・2F	2947-2923
	所沢第一病院	内・外・整・皮・婦	下安松1559-1	2944-5800
5月3日 (祝)	彩のクリニック	内・呼・胃・循・小・神 内・外・整・理・放	小手指町4-1-1	2949-1118
	すえのぶ皮膚科・ 形成外科	皮・外・形・泌	日吉町11-17・2F	2922-3724
	はらだクリニック	内・小・呼・消・胃・循 ・放	東所沢3-9-13	2945-8769

### おわびと訂正

今月号に折り込んでいた「平成19年度健康カレンダー」に掲載しました子宮頸部がん検診で、申込期間を平成18年4月1日~19年2月15日と掲載しましたが、正しくは、平成19年4月1日~20年2月15日です。おわびして訂正します。