

毎月20日号で、翌月1か月分の事業・休日急患当番医等を掲載しています。

# 3月のけんこう

保健センター  
(〒359-0025・上安松1224-1 / ☎991-1811・FAX995-1178)

## ★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

事業名	日時・内容等
3か月1歳6か月3歳児健康診査	▶健康診査日2週間前までに対象児の世帯主あてに通知を発送します。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。
2歳児歯科健康教室(予約制)	▶とき：4月4日(木)、18日(木)／午後1:00～1:30(受付)▶内容：歯科診察、歯みがき指導、フッ素塗布、歯科・育児相談▶対象：平成11年10月生まれの幼児▶定員：各日申し込み先着50人 ◎後日、該当者のみ個人通知します。今回から予約方法が変わりましたのでご注意ください。 ●2月21日(木)～28日(木)に☎
乳幼児健康相談(予約制)	▶とき：《育児》3月4日(月)、11日(月)、28日(木)《栄養》3月18日(月)《歯科》3月12日(水)／いずれも午前中のみ▶定員：各日申し込み先着3人 ●☎
母親学級3月コース(予約制)	▶とき：3月4日(月)、11日(月)、18日(月)、28日(木)(全4回)／午後1:00～4:00、28日(木)は午前9:45～午後1:00▶対象：平成14年6月～8月に第1子出産予定の妊婦とその配偶者▶費用：500円(調理実習材料費)▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具。3月4日(月)は、歯ブラシと手鏡 ●2月27日(木)までに☎
両親学級(予約制)	▶とき：3月16日(土)／午前9:15～正午▶内容：赤ちゃんのお風呂の入れ方、妊婦体験等実技、ビデオ鑑賞▶対象：平成14年5月～7月に第1子出産予定の妊婦とその配偶者◎夫婦で参加できる方に限ります▶定員：申し込み先着20組▶持ち物：母子健康手帳 ●☎
離乳食教室(予約制)	▶とき：3月14日(木)／午後1:00～3:00▶内容：中期食・後期食の進め方について▶対象：平成13年7月～8月生まれの乳児の母親▶定員：申し込み先着50人▶持ち物：母子健康手帳 ●☎
成人健康相談(予約制)	【高脂血症相談】▶とき：毎週水曜日▶内容：病気、健康診査の結果、運動の方法等▶相談員：保健婦【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【糖尿病栄養相談】▶とき：3月25日(月)▶内容：糖尿病の食事療法、食事診断等▶相談員：栄養士、保健婦 ●☎
生活習慣病予防教室(予約制)	▶とき：①3月5日(水)②3月20日(水)／いずれも午前10:00～午後1:00▶テーマ：①便秘予防の食事②中性脂肪が高い方の食事▶内容：やさしい栄養学、調理実習▶定員：各回36人(応募者多数の場合は抽選)▶参加費：500円▶持ち物：エプロン、三角きん ●☎
糖尿病予防教室(予約制)	▶とき：3月12日(水)・19日(水)／午前9:30～午後1:00(全2回)▶内容：病態・栄養についての講話、調理実習▶対象：治療を要しないが血糖値が高めで糖尿病を予防したい方▶定員：申し込み先着40人▶参加費：500円▶持ち物：エプロン、三角きん、健康手帳 ●☎
高脂血症予防教室(予約制)	▶とき：3月6日(水)・13日(水)／午前9:30～午後1:00(全2回)▶内容：病態・栄養についての講話、調理実習▶対象：コレステロール・中性脂肪が高い方▶定員：申し込み先着40人▶参加費：500円▶持ち物：エプロン、三角きん、健康手帳 ●☎
こころの健康相談(予約制)	▶とき：3月11日(月)／午後1:30～(毎月第2月曜日に実施)▶内容：心の健康問題を抱える方の悩みや不安に対して、臨床心理士が相談に応じます▶対象：本人または家族▶定員：2人 ●☎

## ★訪問等で実施する事業

事業名	内容等
寝たきり・在宅療養者訪問	▶在宅で介護が必要なご家庭に、保健婦・理学療法士・栄養士・歯科衛生士等が訪問し、介護方法・療養方法・福祉サービスの利用・リハビリ等のご相談に応じています。また、「リハビリ教室」・「失語症者のつどい」も行っていますので、ご相談ください。
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。必要に応じて保健婦または助産婦が訪問します。

## ★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：3月1日(金)・富岡公民館、12日(火)・並木公民館、13日(水)・新所沢東公民館、27日(水)・吾妻公民館／いずれも午前9:30～10:30(受付)▶内容：身体計測、保健婦・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。駐車場が狭いため、車でのご来場はできるだけ遠慮ください。
成人健康相談	▶とき・ところ：3月5日(火)・柳瀬公民館、8日(金)・小手指公民館、13日(水)・新所沢公民館、15日(金)・吾妻公民館、20日(水)・三ヶ島公民館、27日(水)・中央公民館／いずれも午後1:30～2:45(受付)▶内容：基本健康診査後の相談、生活習慣病予防のための食事・運動等の相談、歯周病や歯みがきに関する相談、心や体の心配事相談、介護家族の相談等▶相談員：保健婦、栄養士、歯科衛生士▶持ち物：健康手帳、基本健康診査受診後の結果票◎希望者は直接会場へ。
検診車による胃がん検診(予約制)	▶とき・ところ：4月10日(水)・三ヶ島公民館、11日(木)・小手指公民館、17日(水)・新所沢公民館、18日(木)・山口公民館▶対象：40歳以上の市民。ただし、胃切除・自覚症状のある方は医療機関で受診してください▶定員：各日申し込み先着60人▶申し込み：はがきに「胃がん検診希望」と明記のうえ、①住所(郵便番号)②氏名③生年月日(年齢)④電話番号⑤希望会場(第2希望も)を記入し、保健センター成人保健課へ3月15日(金)までに郵送◎該当者には3月29日(金)までに受診券を送ります▶一部負担金：500円。次の方は、一部負担金を免除します。①市民税非課税世帯に属する方②生活保護法による被保護世帯に属する方③70歳以上の方(①②の方は証明するものを持参してください)
平成14年度がん検診申し込み	▶平成14年度に保健センターで実施する胃・肺・乳・子宮・大腸がん検診を希望する方は、3月20日(水)に申し込み専用はがきを新聞に折り込みますので、ご覧ください。

## ★休日・夜間診療

事業名	日時等
小児科日曜日急患診療	▶ところ：市民医療センター(上安松1224-1 / ☎992-1151)▶診療時間：午前10:00～11:30・午後2:00～4:30
休日歯科診療	▶ところ：保健センター内・歯科診療所あおぞら(上安松1224-1 / ☎995-1171)▶診療時間：午前9:00～11:30◎21日(水)は診療、土曜日は休診します。
小児夜間診療(月～金曜日)	▶ところ：市民医療センター(上安松1224-1 / ☎992-1151)▶診療時間：午後7:00～10:45◎3月21日(水)は休診します。

## 休日急患当番医

●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

●所沢市医師会(午前9時～午後5時)

診療日	診療機関名	診療科目	所在地	電話番号
3月3日(日)	園田内科医院	内・小	北秋津778-17	992-8496
	所沢診療所	内・小・放	元町12-8	924-0121
	瀬戸病院	内・小・産・婦	金山町8-6	922-0221
3月10日(日)	有村医院	内・小	榎町12-21	922-2094
	西山医院	内・循・呼・消・小・放	喜多町14-7	925-3522
	町田整形外科医院	整・外	松葉町4-22	992-5873
3月17日(日)	伊藤医院	内・循	山口438-3	923-9243
	高橋眼科医院	眼	西所沢1-19-16	922-5776
	丸山産婦人科	産・婦・小・内	下安松1033	944-0277
3月21日(木)	新美内科	内・小	狭山ヶ丘2-64-2	948-5208
	新井内科	内・小・アレルギー・神内	緑町2-7-2	923-8171
	所沢緑ヶ丘病院	内・循・呼・消・放・皮・リハビリテーション	狭山ヶ丘1-3009	948-8181
3月24日(日)	豊原医院	内・神内・呼・放	東所沢1-10-11	944-6433
	鈴木医院	内・小・放	東新井町273	992-2311
	所沢肛門病院	肛	小手指町1-3-3	926-7521
3月31日(日)	波多野医院	内・小・循	小手指町1-43-5	924-7885
	星の宮クリニック	内・小・胃・循	星の宮1-3-29	921-3877
	賀古整形外科	整・外・理・形	北秋津124-1	924-9771

痴呆予防・介護予防講演会を開催します

「痴呆予防・介護支援は地域づくりから」あなたの悩みは私の悩み「おたがいさま」の支え合いづくりと題し、講演会を開催します。講演会終了後、講師を囲んでの懇談会を予定しています。  
とき 3月2日(土)／午後1時30分～4時  
ところ 並木公民館(並木8-3)  
講師 国民健康保険中央会理事・生田恵子さん  
対象 市内在住の方  
問い合わせ 基幹型ところざわ在宅介護支援センター(☎991-4777)

健康セミナーを開催します

とき 2月26日(火)／午後4時～5時30分  
ところ 国立西埼玉中央病院・研修棟(若狭2-167-1)  
演題 子宮がんについて  
講師 同病院産科医長・西出健さん  
◎直接会場へお越しください。  
問い合わせ 国立西埼玉中央病院(☎948-1111)

上級救命講習会のご案内

とき 3月10日(日)／午前8時45分～午後5時  
ところ 市消防本部3階・講堂(やま台1-13-11)  
内容 心肺蘇生法(人工呼吸・心臓マッサージ)、止血法、傷病者管理法、外傷の手当要領等  
対象 市内在住・在勤・在学の中学生以上の方。また、すでに上級救命講習を受講した方で、修了証の有効期限が切れる方  
定員 申し込み先着40人  
申し込み・問い合わせ 消防本部救急課(☎922-5146 / 土・日曜日・祝日を除く午前9時～午後5時)へ電話申し込み