



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 9月コース (予約制)	▶とき：9月11日(月)・19日(火)・29日(金) (全3回) / 午後1:00~4:00、29日(金)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18年11月~19年1月に出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。9月11日(月)は歯ブラシ、手鏡、タオル ●☎：8月3日(木)~10日(木)
両親学級 (予約制)	▶とき：8月30日(水) / 午前9:30~正午(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 ▶対象：平成18年10月~12月に出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 ●☎：8月3日(木)~
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》8月21日(月)、29日(火)、9月6日(水) 《栄養》8月8日(火) 《歯科》8月25日(金) / いずれも午前中のみ ▶定員：いずれも申し込み先着3人 ●☎：8月3日(木)~
子育て教室 (予約制)	▶とき：9月22日(金) / 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3月~4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 ●☎：8月3日(木)~
離乳食教室 (もくもく期) (予約制)	▶とき：9月5日(火)、14日(木) / 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1月~2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 ●☎：8月3日(木)~
2歳児歯科 健康教室 (予約制)	▶とき：9月4日(月)、25日(月) / いずれも午後12:50~1:10 (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3月生まれの幼児 ▶定員：いずれも申し込み先着50人 ●☎：8月4日(金)~11日(金)
BCG接種	▶とき：9月28日(木) / 午前9:30~10:30、午後1:30~2:30 (受付) ▶対象：平成18年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。
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：8月14日(月)、28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 ●☎：8月1日(火)~
健診 結果相談 (予約制)	▶とき：8月25日(金) / 午前9:00~午後2:00 (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：健康診査等の結果について相談を希望する方 ▶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。 ●☎：8月1日(火)~
食べる 健康教室 (予約制)	▶とき：①8月30日(水)②9月12日(火) / いずれも午前9:30~午後1:00 ▶テーマ：①親子で学ぼう脳を良くする食事②ハツラツ長寿の食物繊維たっぷりな食事 ▶内容：やさしい栄養学、調理実習 ▶定員：①申し込み先着20組②申し込み先着36人 ▶参加費：500円 ▶持ち物：エプロン、三角きん ●☎：8月4日(金)~

★休日・夜間診療

事業名	日時・内容等
休日 歯科診療	▶とき：8月6日(日)、13日(日)、20日(日)、27日(日)、9月3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：8月6日(日)、13日(日)、20日(日)、27日(日)、9月3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 ◎休診する場合があります。

★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：9月1日(金)・富岡公民館、9月7日(木)・並木公民館、9月12日(火)・市民体育館(新所沢東公民館分)、9月21日(木)・吾妻公民館 / いずれも午前9:30~10:30 (受付) ▶内容：身体計測、保健師・栄養士による健康相談(9月1日(金)、21日(木)は歯科衛生士による相談もあります) ▶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。駐車場が狭いため、車での来場はできるだけご遠慮ください。なお、市民体育館は土足厳禁ですので、上履きを持参してください。駐車場は有料(1日200円)となります。
出張成人 健康相談	▶とき：①8月1日(火)、9月5日(火)②8月9日(水)、9月13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 健康相談	▶とき：8月9日(水)、9月13日(水) / 午前10:00~正午 ▶ところ：山口公民館 ▶内容：①血圧・体脂肪測定②健康フポイント勉強会(8月…貧血・めまいについて、9月…貧血が気になる方の食事について) ▶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。
健診 結果相談 (予約制)	▶とき・ところ：①9月5日(火)・狭山ヶ丘コミュニティセンター / 午前9:30~10:30②9月13日(水)・山口公民館 / 午後1:00~2:00③9月19日(火)・新所沢公民館 / 午前9:30~午後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。 ●☎：8月1日(火)~
成人歯科 健康教室 (予約制)	▶とき：8月31日(木) / 午後1:30~3:30 ▶ところ：新所沢公民館 ▶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問診票を郵送します。 ●☎：8月4日(金)~
全血献血	▶とき：8月14日(月) / 午前10:00~正午、午後1:00~3:30 ▶ところ：市役所1階・市民ホール ◎200ml・400mlの全血献血です。希望者は直接会場へお越しください。

★平成18年度基本健康診査について

- 本年度の基本健康診査は、年齢区分と受診期間が変更になります。
- 昭和17年4月1日以降生まれ(今年度の年齢64歳以下)の方
受診期間 …………… 6月1日~8月31日
 - 昭和17年3月31日以前生まれ(今年度の年齢65歳以上)の方
受診期間 …………… 9月1日~10月31日

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
8月6日 (日)	柳内医院	内・小・理・放・胃・循・呼	元町21-7	2922-2005
	関根内科クリニック	内・循	御幸町6-6	2926-0636
	吉川外科胃腸科医院	胃・外・整	泉町914-17	2923-5670
8月13日 (日)	鈴木内科医院	内	小手指町1-42-17	2922-6160
	田中皮膚科クリニック	皮	狭山ヶ丘2-1-7・2F	2947-2923
	北所沢病院	内・皮・リハ	下富1270-9	2943-3611
8月20日 (日)	島内科医院	内・胃	北中3-60-9	2926-0080
	さけみ眼科	眼	狭山ヶ丘1-2994-5	2947-4382
8月27日 (日)	青木耳鼻咽喉科 気管食道科医院	耳鼻咽喉・気管食道	東所沢1-10-13	2945-4321
	石塚クリニック	内・胃・外・理	上新井110-2	2925-9955
9月3日 (日)	所沢メディカル クリニック	内・循・小	中富南2-21-7	2943-1581
	所沢腎クリニック	内・泌	下安松1564-1	2945-6600
	航空公園西口内科	内	喜多町4-8	2925-8000
9月3日 (日)	マイル皮膚科	皮・形成外科	西所沢1-12-3・4F	2939-1213
	豊川医院	内・消・循・リウ・リハ	小手指町3-22-12	2948-1122

◎「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回分の予定を掲載しています。