



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8日(月)・16日(火)・30日(火) (全3回) / 午後1:00~4:00、30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・歯科講話含む)、新生児の保育について、諸制度講話、調理実習等 ▶対象：平成18年8月~10月に産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。5月8日(月)は歯ブラシと手鏡 ●☎：4月3日(月)~10日(月)
両親学級 (予約制)	▶とき：4月15日(土) / 午前9:30~正午、午後1:30~4:00 (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、ビデオ鑑賞 ▶対象：平成18年6月~8月に産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 ●☎：4月3日(月)~
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》4月25日(火)、5月9日(火)、15日(月) 《栄養》4月26日(水) 《歯科》4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 ●いずれも☎：4月3日(月)~
子育て教室 (予約制)	▶とき：5月17日(水) / 午前10:00~11:50 (開始15分前から受付) ▶対象：平成17年11月~12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 ●☎4月3日(月)~
離乳食教室 (もぐもぐ期) (予約制)	▶とき：5月16日(火)、26日(金) / 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17年9月~10月生まれの乳児の保護者 ▶定員：各日申し込み先着35人 ▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具 ●☎：4月3日(月)~
2歳児歯科 健康教室 (予約制)	▶とき：5月8日(月)、29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15年11月生まれの幼児 ▶定員：各日申し込み先着50人 ●☎：4月4日(火)~11日(火)
ポリオ	▶とき：5月15日(月)、16日(火)、17日(水)、18日(木)、19日(金)、22日(月) / いずれも午後1:30~2:30 (受付) ▶対象：平成17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。
BCG接種	▶とき：5月25日(木) / 午前9:30~10:30、午後1:30~2:30 (受付) ▶対象：平成18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。
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10日(月)、24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 ●いずれも☎：4月4日(火)~
食べる 健康教室 (予約制)	▶とき：①4月26日(水)②5月17日(水) / いずれも午前9:30~午後1:00 ▶テーマ：①低栄養を考える②メタボリックシンドロームとは ▶内容：やさしい栄養学、調理実習 ▶定員：各日申し込み先着36人 ▶参加費：500円 ▶持ち物：エプロン、三角きん ●☎：4月4日(火)~
成人歯科 検診	▶とき：6~10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18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3日(月)から28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41年4月1日~42年3月31日)、50歳(昭和31年4月1日~32年3月31日)、60歳(昭和21年4月1日~22年3月31日)、70歳(昭和11年4月1日~12年3月31日)
成人歯科 健康教室 (予約制)	▶とき：4月27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問診票を郵送します。 ●☎：4月4日(火)~

★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11日(木)・新所沢公民館、18日(木)・松井公民館、25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。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：4月4日(火)、5月9日(火) / いずれも午後1:30~3:00 ▶ところ：狭山ヶ丘コミュニティセンター ▶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。
おしゃべり 健康サロン 健康相談	▶とき：4月12日(水) / ①午前10:00~正午②午後1:30~3:30 ▶ところ：山口公民館 ▶内容：①健康ワンポイント勉強会②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。

★休日・夜間診療

事業名	日時等
休日 歯科診療	▶とき：4月2日(日)、9日(日)、16日(日)、23日(日)、29日(金)、30日(日)、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
小児科 日曜日 急患診療	▶とき：4月2日(日)、9日(日)、16日(日)、23日(日)、30日(日)、5月7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29日(祝)は休診します(ほかに休診する場合があります)。4月から土曜日の受付時間が変更になりました。

★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。市民課の窓口でも投かんできます。必要に応じて保健師または助産師が訪問します。
訪問指導	▶家庭での療養方法、介護家族の健康管理、生活習慣病予防、リハビリ方法等について、保健師・理学療法士・栄養士・歯科衛生士等が訪問し、ご相談に応じています。また、「リハビリ教室」「リハビリ交流会」「失語症者のつどい」も行っていますので、ご相談ください。

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2日 (日)	木下クリニック	麻・内・外・リハ	北秋津778-39	2993-0007
	峰の坂産婦人科	産・婦・小・麻	宮本町2-16-10	2923-4313
	木村医院	外・内・胃腸・肛	北岩岡1-96	2942-5411
4月9日 (日)	所沢内科クリニック	胃・内	東町22-3	2922-2210
	所沢整形外科	整・リハ	宮本町1-15-6	2925-5321
	前島小児科医院	小	中新井5-11-15	2942-5381
4月16日 (日)	吉川病院	循・外・内・消・呼・整・形・美容・皮・リハ	若狭3-2570-2	2949-5181
	前田クリニック	産・婦・内・小	緑町3-14-5	2920-4920
4月23日 (日)	米島医院	内・小	山口1181-6	2922-3675
	青木クリニック	内・消・循	中新井2-65-1	2943-1036
	番場皮膚科医院	皮	南住吉21-31	2923-5055
4月29日 (祝)	所沢診療所	内・小・放	元町12-8	2924-0121
	伊藤内科	内・循	東住吉2-4	2922-2915
	雨宮医院	耳鼻咽喉	上新井869-3	2925-5370
4月30日 (日)	埼玉西協同病院	内・小・呼・消・胃・循・眼	中富1865-1	2942-0323
	金井医院	内・小・胃・皮	小手指町1-3-8	2925-3321
	高橋眼科医院	眼	西所沢1-19-16	2922-5776
5月3日 (祝)	双葉クリニック	外・内・胃・婦	けやき台1-36-7	2922-5171
	園田内科医院	内・小	北秋津778-17	2992-8496
	所沢肛門病院	肛	小手指町1-3-3	2926-7521
	新所沢松本クリニック	内・小・放	美原町2-2956	2942-2051

◎「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。