

けんこう

保健センター：〒359-0025・上安松1224-1 / ☎2991-1811・FAX 2995-1178

★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3日(月)、10日(月)、20日(木) (全3日) / 午後1:00~4:00、20日(木)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11月~20年1月に出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。9月3日(月)は歯ブラシ、手鏡、フェイスタオル ●☎：8月3日(金)~10日(金)
両親学級 (予約制)	▶とき：8月28日(火) / 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10月~12月に出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 ●☎：8月3日(金)~
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 ちゅーりっぷ	▶とき：8月27日(月) / 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：ふたご・みつごを妊娠中の方とパートナー、または未就園のふたご・みつごを育てている親 ▶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。
乳幼児 健康相談 (予約制)	▶とき：《離乳食》8月3日(金)、28日(火) (グループでも参加できます) 《食事》8月8日(水) 《歯科》8月24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 ▶持ち物：母子健康手帳 (歯科相談は歯ブラシ) ●☎：8月1日(水)~
離乳食教室 (ごっくん期) (予約制)	▶とき：9月12日(水) / 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19年3月~4月生まれの乳児とその保護者 ▶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 ●☎：8月3日(金)~
離乳食教室 (ばくばく期) (予約制)	▶とき：9月14日(金) / 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みがき指導 ▶対象：平成18年6月~7月生まれの幼児とその保護者 ▶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 ●☎：8月10日(金)~
2歳児歯科 健康教室 (予約制)	▶とき：9月3日(月)、18日(火) / いずれも午後0:50~1:10 (受付) ▶内容：歯科診察、栄養指導、歯みがき指導、フッ素塗布、育児相談・歯科相談・栄養相談 ▶対象：平成17年3月生まれの子供 ▶定員：いずれも申し込み先着50人 ●☎：8月6日(月)~13日(月)
BCG接種	▶とき：9月27日(木) / 午前9:30~10:30、午後1:30~2:30 (受付) ▶対象：平成19年6月生まれの子供 (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、予防票(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、バランスのよい食事等 ▶相談員：栄養士 《糖尿病相談》 ▶とき：8月13日(月)、27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(水)~
健診 結果相談 (予約制)	▶とき：8月24日(金)、9月14日(金)、21日(金) / いずれも午前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日前までに申し込みください。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(水)~
ところ21 栄養教室	▶とき：9月11日(火) / 午前9:30~午後1:00 ▶テーマ：糖尿病予防は健康食から ▶内容：血管を大切に食事の講話、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・三角きん ●☎：8月6日(月)~
優しい 健康食教室	▶とき：9月19日(水) / 午前9:30~午後1:00 ▶テーマ：胃腸にやさしい食事 ▶内容：講話「食欲がない時には」、簡単な調理実習、栄養相談 ▶対象：おおむね65歳以上の方 ▶定員：申し込み先着36人 ▶参加費：500円 ▶持ち物：エプロン・三角きん ●☎：8月6日(月)~

★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。

★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6日(木)・富岡公民館、9月13日(木)・並木公民館、9月19日(水)・新所沢東公民館、9月27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・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。駐車場が狭いため、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：8月7日(火)、9月4日(火)・狭山ヶ丘コミュニティセンター、8月8日(水)、9月12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：8月8日(水)、9月12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(8月…夏の健康法、9月…血糖値が気になる方へ) ◎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：①8月21日(火)・新所沢公民館②8月29日(水)・小手指公民館分館③8月30日(木)・市役所 / ①~③午前9:30~午後2:00④9月4日(火) / 午前9:30~10:30・狭山ヶ丘コミュニティセンター⑤9月12日(水) / 午後1:30~2:30・山口公民館(1時間ごとの予約制) ▶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日前までに申し込みください。申し込みをされた方には事前に案内を郵送します。 ●☎：8月1日(水)~
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。直接会場へお越しください。
成人歯科 健康教室 (予約制)	▶とき：8月30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、効果的な歯みがきの実習 ▶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1日(水)~

★休日・夜間診療

事業名	日時・内容等
休日 歯科診療	▶とき：8月5日(日)、12日(日)、19日(日)、26日(日)、9月2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 ◎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：8月5日(日)、12日(日)、19日(日)、26日(日)、9月2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。

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5日 (日)	おくもとクリニック	内・小・呼・消・リハ	西所沢1-23-3	2903-8320
	平沢記念病院	精・神内・心内	北野3-20-1	2947-2466
	西山内科医院	内・循	喜多町14-7	2925-3522
8月12日 (日)	かわかつクリニック	内・小・リハ・放	山口808-1マミーマート所沢山口店2F	2920-2200
	斉藤耳鼻咽喉科医院	耳	西住吉6-22	2922-3980
	埼玉西協同病院	内・循・皮・眼・外	中富1865-1	2942-0323
8月19日 (日)	所沢内科クリニック	胃・内	東町22-3	2922-2210
	岡田耳鼻咽喉科	耳	有楽町16-21	2926-8505
	新所沢キッズクリニック	小	美原町2-2931-6	2990-3100
8月26日 (日)	伊藤内科	内・循	東住吉2-4	2922-2915
	小関眼科医院	眼	松葉町9-5	2992-6868
	四万村医院	外・整・胃	中新井4-28-1	2942-7001
9月2日 (日)	金井医院	内・小・胃・皮	小手指町1-3-8	2925-3321
	所沢耳鼻咽喉科	耳	久米550-7	2995-5716
	木村医院	外・内・胃・肛	北岩岡1-96	2942-5411

◎「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。