



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5日(月)・12日(月)・29日(木) (全3回) / 午後1:00~4:00、29日(木)は午前9:45~午後1:00 (開始15分前から受付) ▶内容：栄養・歯科・諸制度講話、沐浴見学、妊婦体操、調理実習等 ▶対象：平成17年11月~18年1月に出産予定の初妊婦とその配偶者 ▶費用：500円(調理実習材料費) ▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具。9月5日(月)は歯ブラシと手鏡 ●☎：8月3日(水)~10日(水)
両親学級 (予約制)	▶とき：8月25日(木) / 午前9:30~正午 (開始15分前から受付) ▶内容：赤ちゃんのお風呂の入れ方、妊婦疑似体験等実技、ビデオ鑑賞 ▶対象：平成17年10月~12月に出産予定の初妊婦とその配偶者。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(水)~
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23日(火)、9月6日(火)、14日(水) 《栄養》8月10日(水) 《歯科》8月24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☎：8月3日(水)~
離乳食教室 (予約制)	▶とき：9月2日(金)、14日(水) / 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、歯磨き指導 ▶対象：平成17年1月~2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 ●☎：8月3日(水)~
2歳児歯科 健康教室 (予約制)	▶とき：9月15日(木)、26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3月生まれの幼児 ▶定員：各日申し込み先着50人 ●☎：8月4日(木)~11日(水)
BCG接種	▶とき：9月1日(木) / 午前9:30~10:30、午後1:30~2:30 (受付) ▶対象：平成17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。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 《糖尿相談》 ▶とき：8月8日(月)、22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☎：8月4日(木)~
健診 結果相談 (予約制)	▶とき：8月30日(火) / 午前9:00~午後2:00 (受付時間。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4日(木)~
食べる 健康教室 (予約制)	▶とき：9月7日(水) / 午前10:00~午後1:00 ▶テーマ：鉄分たっぷりのおかずで貧血予防 ▶内容：やさしい栄養学、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、三角きん ●☎：8月4日(木)~

★休日・夜間診療

事業名	日時・内容等
休日 歯科診療	▶とき：8月7日(日)、14日(日)、21日(日)、28日(日)、9月4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7日(日)、14日(日)、21日(日)、28日(日)、9月4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7:00~10:45 土・日曜日…午後6:00~9:45 ◎休診する場合があります。

◎日曜日および夜間の小児科診療については、乳幼児から中学生までの小児を対象に内科的急性疾患の一次診療(初期診療)を実施しているもので、切り傷や打撲などの外科的診療、眼科、耳鼻咽喉科などは対象外となります。

また、薬は1日程度の処方、検査も原則実施していませんので、ご了承ください。

★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2日(金)・富岡公民館、8日(木)・並木公民館、13日(火)・新所沢東公民館、16日(金)・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 ▶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：8月2日(火)、9月6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：8月10日(水)、9月14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健康ワンプォイント勉強会(8月…夏ばて防止、9月…高齢者の症状に合わせた食事) 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。
健診 結果相談 (予約制)	▶とき・ところ：9月6日(火) / 午前9:30~10:30・狭山ヶ丘コミュニティセンター、13日(火) / 午前9:30~午後2:00・新所沢公民館(いずれも受付時間。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4日(木)~
全血献血	▶とき：8月3日(水) / 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 ◎希望者は直接会場へ。200ml・400mlの全血献血です。

★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
7月31日 (日)	園田内科医院	内・小	北秋津778-17	2992-8496
	久我クリニック	耳鼻咽喉・気・食・内	日吉町8-11	2923-8005
	埼玉西協同病院	内・小・呼・消・胃・循・眼	中富1865-1	2942-0323
8月7日 (日)	米島医院	内・小	山口1181-6	2922-3675
	高橋眼科医院	眼	西所沢1-19-16	2922-5776
	安部医院	内	三ヶ島3-1140-5	2949-1888
8月14日 (日)	青木クリニック	内・消・循	中新井2-65-1	2943-1036
	所沢中央病院	内	北秋津753-2	2994-1265
	所沢緑ヶ丘病院	内・呼・消・循・皮・リハビリテーション・放	狭山ヶ丘1-3009	2948-8181
8月21日 (日)	伊藤医院	内・循	山口438-3	2923-9243
	町田整形外科医院	整・外	松葉町4-22	2992-5873
	西山医院	内・循・呼・消・小・放	喜多町14-7	2925-3522
8月28日 (日)	有村医院	内・小	榎町12-21	2922-2094
	高橋耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	緑町3-29-15	2939-9108
	鈴木医院	内・小・放	東新井町273	2992-2311
9月4日 (日)	新美内科	内・小	狭山ヶ丘2-64-2	2948-5208
	雨宮医院	耳鼻咽喉	上新井869-3	2925-5370
	瀬戸病院	内・小・産・婦	金山町8-6	2922-0221

◎「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。