



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 3月コース (予約制)	▶とき：3月5日(月)、12日(月)、20日(火) (全3回) / 午後1:00~4:00、20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・歯科講話を含む)、新生児の保育について、調理実習等 ▶対象：平成19年6月~8月に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。3月5日(月)は歯ブラシ、手鏡、タオル ●☎：2月5日(月)~13日(火)
両親学級 (予約制)	▶とき：2月16日(金) / 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19年4月~6月に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、バスタオル ●☎：2月5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》2月21日(水)、3月6日(火)《栄養》2月20日(火)《歯科》2月27日(火) / いずれも午前中のみ ▶定員：いずれも申し込み先着3人 ●☎：2月5日(月)~
子育て教室 (予約制)	▶とき：3月14日(水) / 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9月~10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 ●☎：2月5日(月)~
離乳食教室 (もくもく期) (予約制)	▶とき：3月1日(木)、8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7月~8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 ●☎：2月5日(月)~
2歳児歯科 健康教室 (予約制)	▶とき：3月5日(月)、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16年9月生まれの幼児 ▶定員：いずれも申し込み先着50人 ●☎：2月6日(火)~13日(火)
BCG接種	▶とき：3月22日(木) / 午前9:30~10:30、午後1:30~2:30(受付) ▶対象：平成18年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：2月26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 ●☎：2月1日(木)~
男性のための 食べる 健康教室 (予約制)	▶とき：3月7日(水) / 午前9:30~午後1:00 ▶テーマ：簡単に作れる肝臓にやさしい健康食 ▶内容：やさしい栄養学、調理実習 ▶定員：申し込み先着20人 ▶参加費：500円 ▶持ち物：エプロン、三角さん ●☎：2月1日(木)~
食べる 健康教室 (予約制)	▶とき：3月13日(火) / 午前9:30~午後1:00 ▶テーマ：血糖値が心配 ▶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、三角さん ●☎：2月1日(木)~
成人歯科 健康教室 (予約制)	▶とき：2月22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。 ●☎：2月1日(木)~

★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」も行っていきますので、ご相談ください。

★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：3月1日(木)・富岡公民館、3月2日(金)・並木公民館、3月9日(金)・市民体育館(新所沢東公民館での実施分)、3月15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。駐車場の狭いため、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回200円)となります。
出張成人 健康相談	▶とき・ところ：2月6日(火)、3月6日(火)・狭山ヶ丘コミュニティセンター、2月14日(水)、3月14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：2月14日(水)、3月14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、健康ワンプォイント勉強会(2月…骨粗しょう症について、3月…骨粗しょう症が気になる方の食事) ◎希望者は直接会場へお越しください。
全血献血	▶とき：2月27日(火) / 午前9:15~10:45 ▶ところ：柳瀬公民館 ◎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。

★休日・夜間診療

事業名	日時等
休日 歯科診療	▶とき：2月4日(日)、11日(祝)、12日(休)、18日(日)、25日(日)、3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：2月4日(日)、11日(祝)、18日(日)、25日(日)、3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7:30~10:15、土・日曜日…午後6:00~8:45 ◎2月12日(休)は休診します(ほかに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、検査も原則として実施していませんので、ご了承ください。

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
2月4日 (日)	有村医院	内・小	榎町12-21	2922-2094
	ひかり耳鼻咽喉科クリニック	耳・気	三ヶ島3-1442-16	2948-7518
2月11日 (祝)	くさかり小児科	小	東所沢1-3-13・1F	2945-0205
	狭山湖診療所	内・呼・アレ・小	上山口1502-10	2925-3777
	吉川病院	内・循・外・消・呼・整・形・美・皮・リハ	若狭3-2570-2	2949-5181
2月12日 (休)	瀬戸病院	内・小・産・婦・麻	金山町8-6	2922-0221
	椿峰クリニック	内・小・皮	小手指南3-47-3	2949-7966
	田中医学院	内・皮	中新井5-14-10	2942-8678
2月18日 (日)	はちす診療所	小・内・アレ	くすのき台3-18-2・2F	2993-0338
	中山内科医院	内・呼・循・放	東狭山ヶ丘3-713-36	2926-8332
2月25日 (日)	雨宮医院	耳	上新井869-3	2925-5370
	梨子田内科クリニック	内・小・皮	弥生町2871-36	2996-3181
3月4日 (日)	けやき台どんぐりクリニック	内・小・アレ・神内	けやき台1-16-5	2923-8171
	おおた皮膚科	皮	東所沢1-3-11・3F	2945-5255
3月4日 (日)	所沢中央病院	内	北秋津753-2	2994-1265
	賀古整形外科	整・外・リハ・形	北秋津124-1	2924-9771
	鈴木皮膚科	皮	喜多町17-12	2928-1221
	山口医院	内・外・小	花園2-2344-26	2943-3273

◎「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。