

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
両親学級 (予約制)	▶とき：7月28日(土)／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9月～11月に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 ●☎：7月3日(火)～
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 ところっこ	▶とき：7月31日(火)／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：妊娠中の10代の方、または10代で妊娠・出産をして未就園のお子さんを育てている母親とパートナー▶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お越しください。
乳幼児 健康相談 (予約制)	▶とき：《離乳食》7月3日(火)、18日(水)(グループでも参加できます)《食事》7月25日(水)《歯科》7月6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、歯ブラシ(歯科相談) ●☎：7月2日(月)～
離乳食教室 (さくん期) (予約制)	▶とき：8月29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2月～3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 ●☎：7月3日(火)～
離乳食教室 (ばくばく期) (予約制)	▶とき：8月9日(木)／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5月～6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 ●☎：7月10日(火)～
2歳児歯科 健康教室 (予約制)	▶とき：8月2日(木)、20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2月生まれの幼児▶定員：いずれも申し込み先着50人 ●☎：7月4日(水)～11日(水)
BCG接種	▶とき：8月30日(木)／午前9時30分～10時30分、午後1時30分～2時30分(受付)▶対象：平成19年5月生まれの乳児(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：7月9日(月)、23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 ●☎：7月2日(月)～
健診 結果相談 (予約制)	▶とき：8月10日(金)、24日(金)／いずれも午前9：00～午後2：00(1時間ごとの予約制)▶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。 ●☎：7月2日(月)～
ところ21 親子栄養 教室	▶とき：8月22日(水)／午前9：30～午後1：00▶テーマ：児童・生徒期夏休みの食生活▶内容：講話「親子で作ろう美味しい食生活」、簡単な調理実習▶対象：児童・生徒と保護者▶定員：申し込み先着20組▶参加費：500円▶持ち物：エプロン・三角きん ●☎：7月2日(月)～
ところ21 男性料理 教室	▶とき：8月31日(金)／午前9：30～午後1：00▶テーマ：美味しく食べて血糖値も安心▶内容：生活習慣病予防の食事、初心者向き調理実習▶対象：男性▶定員：申し込み先着24人▶参加費：500円▶持ち物：エプロン・三角きん ●☎：7月2日(月)～
歯周病 予防教室 (予約制)	▶とき：7月31日(火)／午後1：30～3：30▶内容：歯肉の健康状態チェック、効果的な歯みがき方法の実習等▶定員：申し込み先着30人◎申し込みされた方には事前に案内を郵送します。 ●☎：7月2日(月)～
全血献血	▶とき：7月3日(火)／午前9：30～11：00▶ところ：保健センター1階ロビー◎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。

★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：8月1日(水)・新所沢公民館、8月23日(木)・松井公民館、8月30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・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。
出張成人 健康相談	▶とき・ところ：7月3日(火)、8月7日(火)・狭山ヶ丘コミュニティセンター、7月11日(水)、8月8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：7月11日(水)、8月8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(7月…楽しく体を動かそう!、8月…夏の健康法)◎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：①7月12日(木)・新所沢公民館②7月17日(火)・市役所③7月25日(水)・小手指公民館分館／①～③午前9：30～午後2：00④8月8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。 ●☎：7月2日(月)～
全血献血	▶とき：8月14日(火)／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。

★休日・夜間診療

事業名	日時等
休日 歯科診療	▶とき：7月1日(日)、8日(日)、15日(日)、16日(祝)、22日(日)、29日(日)、8月5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：7月1日(日)、8日(日)、15日(日)、22日(日)、29日(日)、8月5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 ◎7月16日(祝)は休診します(ほかに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
7月1日 (日)	東狭山ヶ丘辻本クリニック	脳・内・外・胃・整・肛・皮・泌・リハ	東狭山ヶ丘4-2696-1	2923-8661
	東所沢整形外科	整・形・皮・アレ・リウ	東所沢1-18-5	2951-5201
	デルタクリニック	内・消	くすのき台2-5-1・1F	2996-5157
7月8日 (日)	宮本町内科クリニック	内・循・消・アレ	宮本町2-26-16	2903-1088
	しんとこ耳鼻咽喉科医院	耳・気管	松葉町24-9・2F	2927-5770
	やまもとキッズクリニック	小・アレ・内	三ヶ島4-2286-11	2938-7787
7月15日 (日)	西島消化器・内科クリニック	内・消・胃	東狭山ヶ丘1-27-20	2923-0005
	平岡眼科医院	眼	東町11-1-207	2922-1126
	東所沢クリニック	内・呼・胃・循・アレ・リウ	東所沢1-3-10	2945-2226
7月16日 (祝)	徳島内科クリニック	内・呼・消・循・アレ・小・皮	久米1569-1	2929-6366
	まつおか内科クリニック	内・呼・アレ・皮	下安松1034-1	2945-7911
	所沢中央病院	内	北秋津753-2	2994-1265
7月22日 (日)	木下クリニック	麻・内・外・リハ	北秋津778-39	2993-0007
	深井眼科医院	眼	小手指町1-26-9	2928-6900
	所沢ハートクリニック	循	上新井268	2940-8611
7月29日 (日)	くにとみ内科外科クリニック	内・呼・消・循・外	久米532-8	2993-9213
	おうえんポリクリニック	内・皮・アレ・美	中富1037-1	2990-5818
	所沢ロイヤル病院	内・リハ	北野3-1-11	2949-3385
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

◎「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。