

翌月1か月分の事業・休日急患当番医等を掲載しています。

10月のけんこう

【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…9月3日(金)から保健センターへ電話予約(FAX不可)

事業名	日時・内容等
3か月1歳6か月3歳児健康診査	▶健康診査日2週間前までに対象児の世帯主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。
2歳児歯科健康教室(予約制)	▶とき：10月4日(月)、28日(木)／いずれも午後0：50～1：10(受付) ▶内容：歯科診察、歯みがき指導、フッ素塗布、歯科相談、育児相談、栄養相談▶対象：平成14年4月生まれの幼児▶定員：各日申し込み先着50人 ●☎：9月6日(月)～13日(月)
乳幼児健康相談(予約制)	▶とき：《育児》9月28日(火)、10月6日(水)、《栄養》9月29日(水)《歯科》9月8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☎
母親学級10月コース(予約制)	▶とき：10月5日(火)・12日(火)・21日(木) (全3回)／午後1：00～4：00、21日(木)は午前9：45～午後1：00(開始15分前から受付)▶対象：平成17年1月～3月に第1子出産予定の妊婦とその配偶者▶費用：500円(調理実習材料費)▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具。10月5日(火)は歯ブラシと手鏡 ●☎：9月3日(金)～10日(金)
両親学級(予約制)	▶とき：9月11日(土)／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16年11月～平成17年1月に第1子出産予定の妊婦とその配偶者。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 ●☎
離乳食教室(予約制)	▶とき：10月7日(木)、20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、歯みがき指導▶対象：平成16年2月～3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 ●☎
子育て教室10月コース(予約制)	▶とき：10月7日(木)・14日(木)・25日(月)(全3回)／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、遊びについての講話等▶対象：平成16年4月～5月生まれの乳児(第1子に限る)とその保護者▶定員：申し込み先着60組▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具 ●☎
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：生活習慣病および骨粗しょう症の予防のための生活・運動・健康全般等▶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：9月27日(月)▶内容：糖尿病の食事療法、食事診断等▶相談員：栄養士・保健師 ●いずれも☎
健診結果相談(予約制)	▶とき：9月13日(月)、21日(火)、10月8日(金)／午前9：00～午後2：00(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。 ●☎
成人歯科健康教室(予約制)	▶とき：10月7日(木)／午後1：30～3：30▶内容：講話「歯周病予防について」、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30人◎申し込みされた方には事前に問診票を郵送します。 ●☎
男性のための食べる健康教室(予約制)	▶とき：9月22日(水)・10月13日(水)／午前10：00～午後1：00(全2回)▶テーマ：はじめてみよう！初めての料理(秋)▶内容：やさしい栄養学と調理実習▶対象：男性の方で料理初心者の方▶定員：申し込み先着20人▶参加費：各日500円▶持ち物：エプロン、三角きん ●☎
糖尿病予防教室(予約制)	▶とき：9月27日(月)／午前9：30～正午・10月1日(金)／午前9：30～午後1：00・8日(金)／午前9：30～正午(全3回)▶内容：糖尿病予防のための基礎知識、簡単な調理実習および歯科講話と実習(歯周病予防)▶対象：健康診査等を受けた結果、血糖値が高めで、総合判定が要指導である方▶講師：保健師・栄養士・歯科衛生士▶定員：申し込み先着20人▶参加費：500円 ●☎
食べる健康教室(予約制)	▶とき：10月6日(水)／午前10：00～午後1：00▶テーマ：骨を丈夫にしよう▶内容：やさしい栄養学と調理実習▶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 ●☎
ツベルクリン反応検査・BCG接種	▶とき：《ツベルクリン注射》10月5日(火)《BCG接種》10月7日(木)／いずれも午前9：30～11：00、午後1：00～2：30(受付)▶対象：平成16年5月・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)◎上記の対象以外で、生後3か月以上4歳未満の未接種の方も接種できますので、ツベルクリン注射実施日に直接会場へお越しください。
ポリオ	▶とき：10月12日(火)、13日(水)、14日(木)、15日(金)、19日(火)、20日(水)／いずれも午後1：30～2：30(受付)▶対象：平成15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)◎上記対象以外で、生後90日未満の未接種の方も接種できますので、直接会場へお越しください。

★市役所・公民館等で実施する事業

事業名	日時・内容等
出張成人健康相談	▶とき：9月7日(火)、10月5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。
健診結果相談(予約制)	▶とき・ところ：9月29日(水)・新所沢公民館、10月5日(火)・狭山ヶ丘コミュニティセンター／午前9：30～午後2：00(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。 ●☎
乳幼児健康相談	▶とき・ところ：10月5日(火)・中央公民館、13日(水)・山口公民館、19日(火)・柳瀬公民館、20日(水)・三ヶ島公民館／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。
食べる健康教室(予約制)	▶とき・ところ：9月30日(木)・三ヶ島公民館／午前10：00～午後1：00▶テーマ：野菜を食べよう▶内容：やさしい栄養学と調理実習▶定員：申し込み先着20人▶参加費：500円▶持ち物：エプロン、三角きん ●☎

★休日・夜間診療

事業名	日時等
休日歯科診療	▶とき：10月3日(日)、10日(日)、11日(祝)、17日(日)、24日(日)、31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：10月3日(日)、10日(日)、17日(日)、24日(日)、31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◎10月11日(祝)は休診します(ほかに休診する場合があります)。

【お願い】

日曜日および夜間の小児科診療については、所沢市医師会の小児科そして内科、産婦人科で日ごろ小児の診療をしている先生方と防衛医大小児科の先生方等の協力で行われています。診療は、乳幼児から中学生までのお子さんたちが対象です。外科(外傷・骨折等)の病気や、目、耳の病気は、原則として診察できません。お薬の処方、あくまでも、一次救急ですので、1～2日分の処方となります。必ず次の日、次の次の日には、かかりつけの先生に診てもらいましょう。原則として検査はしません。ご理解とご協力をお願いします。

休日急患当番医

●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

■所沢市医師会(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
10月3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
	木戸クリニック	泌	緑町4-15-27	2929-6502
	うだがわクリニック	内・循・呼・アレルギー・小	北原町1404	2997-4880
10月10日(日)	かえで内科医院	内	緑町4-47-20	2939-3555
	斉藤耳鼻咽喉科医院	耳鼻・咽喉	寿町1-11	2922-3980
	デルタクリニック	内・消	くすのき台2-5-1	2996-5157
10月11日(祝)	木澤クリニック	内・婦・小・外・アレルギー	松葉町24-3	2991-6767
	東所沢整形外科	整形外科・形・皮・アレルギー・リウマチ	東所沢1-18-5	2951-5201
10月17日(日)	所沢ロイヤル病院	内・リハビリテーション科	北野2848	2949-3385
	四万村医院	外・整・胃	中新井4-28-1	2942-7001
	むさしクリニック泌尿器科内科	泌・内	くすのき台3-4-7-101	2998-1850
10月24日(日)	米島医院	内・小	山口1181-6	2922-3675
	時松小児科	小	下富1266-16	2942-5150
	所沢耳鼻咽喉科	耳鼻・咽喉	久米550-7	2995-5716
10月31日(日)	木村医院	外・内・胃・腸・肛	北岩岡1-96	2942-5411
	宮本町内科クリニック	内・循・消・アレルギー科	宮本町2-26-16	2903-1088
	久我クリニック	耳鼻咽喉・気・食・内	日吉町8-11	2923-8005
	双葉クリニック	外・内・胃・婦	けやき台1-36-7	2922-5171