

保健相談センターだより



保健相談センター
 ☎ 235・7880

成人の検診、乳幼児の健診と相談
 予防接種等の日程は保存版「えびな
 健康だより(カラー印刷の冊子)」に
 記載されています。

『食育展』を 開催します

「食」は私たちが生きていく上で欠かせない命の源であると同時に、おいしさや食事の楽しさから、心も豊かにしてくれる大事なものです。

6月は「食育月間」です。市では食育に関する展示・紹介を行う「食育展」を開催します。ぜひご覧ください。

▽期間 6月13日(月)から6月23日までの(日)8時30分～17時15分(初日は12時から17時15分まで、最終日は8時30分から15時まで)

▽会場 市役所1階エントランスホール

☎ 保健相談センター (☎235・7880)

食育講座 参加者募集

「地場産野菜を使った食育講座」

▽日時 6月10日(金)10時



地場産野菜を使った食育講座

大好き おやつ講座

▽日時 5月26日(日)10時

▽内容 講話(地場産の旬の野菜、おいしい野菜の見分け方、おいしく食べる調理方法)と調理実習

▽講師 さがみ農協海老名営農センター職員

▽会場 保健相談センター2階 栄養指導室

▽対象 市内在住、在勤の方

▽定員 30人(先着順)

▽費用 500円

▽持ち物 エプロン・三角巾(バンダナ可)・布巾

▽託児 要予約 1歳以上(若干名)

☎ 5月16日(日)から直接または電話で保健相談センター(☎235・7880)へ。

パパは力持ち! 一緒に遊んで いい汗流そう



おやつ講座

日ごろ、忙しくて運動不足になりがちなお父さん。親子で簡単にできる楽しい運動を行ってみませんか。

▽日時 5月28日(日)10時～11時30分(受付は9時45分)

▽会場 保健相談センター3階 健康増進室

▽対象 2歳から就学前の幼児とその父親

▽定員 30組(市内在住・申込制・先着順)

▽費用 無料

▽持ち物 健康手帳(お持ちの方)、飲み物、室内履き(親子とも)※動きやすい服装でお越しください。

☎ 直接または電話で、保健相談センター(☎235・7880)へ。

歯とお口の健康 フェスタ2011

6月4日のむし歯予防デーを含む6月4日(日)～10日(金)は「歯の衛生週間」です。

海老名市歯医師会では、6月5日(日)にイベントを開催します。

歯とお口の健康について、楽しみながら理解を深めてみませんか。

▽日時 6月5日(日)10時～14時30分

▽内容 歯とお口の無料相談唾液検査・位相差顕微鏡によるお口のバイキン検査・歯みがき指導・口臭乾燥度検査等

▽場所 海老名中央公園事務局(☎235・4799)。



歯とお口の健康フェスタ

愛の禁煙キャンペーンのお知らせ

市では、多くの方にタバコの害を知っていただき、禁煙に関心をもつ人が増えることを目的に『愛の禁煙キャンペーン』を行います。

喫煙中の方や禁煙したい方ももちろん、喫煙していない方もふるってご参加ください。

▽日時 ①5月31日(日)・6月3日(金)9時～12時と13時～15時
 ②6月5日(日)10時から14時30分

▽場所 ①保健相談センター ②海老名中央公園



愛の禁煙キャンペーン

禁煙支援のご案内

禁煙を希望される方に、3カ月間で禁煙ができるように、保健師が禁煙への支援を行います。

▽内容 ニコチン依存度テスト、測定(尿中ニコチン測定、呼気一酸化炭素濃度)を行いながら、禁煙の開始日を設定し、面接や電話、メールなどで支援します。

▽費用 500円(教材費、測定費など)

▽禁煙支援後の状況 平成15～22年度に88人が支援を受け、39名の方(44%)が禁煙に成功しています。

☎ 保健相談センター(☎235・7880)。

産婦・新生児訪問のご案内

海老名市では、初めて赤ちゃんを出産された方や、希望される方に、保健師や助産師による「新生児訪問」を実施しています。お子さんの体重測定や授乳・育児などの相談に応じます。赤ちゃんが生まれたら、母子健康手帳に綴じこまれて

いるはがき「出生連絡票」を忘れずに提出してください。

▽対象 出生連絡票を出していただいた方。(初めてのお子さんに限りません。2人目、3人目以降のお子さんも対象)

▽月齢：生後3カ月程度まで

▽費用 無料

★保健相談センターで出生連絡票を確認

休日・夜間の急患診療

座間・綾瀬：海老名小児救急医療センター(座間市緑ヶ丘1-1-3 座間市休日急患センター内)
 海老名市急患診療所・休日歯科診療室(海老名市さつき町41番地 医療センター内)

診療科目	休日(日曜・祭日・年末年始12/29～1/3)		夜間		深夜	
	受付時間	座間・綾瀬：海老名小児救急医療センター ☎255-9933	受付時間	座間・綾瀬：海老名小児救急医療センター ☎255-9933	診療時間	小児救急情報センター ☎255-9933 テレホンサービス ☎231-4402
小児科 (外科系を除く)	9:00～11:45 14:00～16:45		月曜～金曜 19:00～21:45 土曜・日曜・祭日・年末年始12/29～1/3 18:00～21:45		22:00～翌朝7:00 (重症の場合は翌朝8:00まで)	
内科	9:00～11:30 14:00～16:30	海老名市急患診療所 ☎231-1912	月曜～土曜 19:00～21:30	海老名市急患診療所 ☎231-1912	月曜～土曜 22:00～翌朝8:00	テレホンサービス ☎232-0119
			日曜・祭日・年末年始12/29～1/3 18:00～20:30		日曜・祭日・年末年始12/29～1/3 22:00～翌朝8:00	市役所 ☎231-2111
外科 当番病院をご案内します	8:00～18:00	テレホンサービス ☎232-0119 市役所 ☎231-2111	18:00～22:00	テレホンサービス ☎232-0119 市役所 ☎231-2111	22:00～翌朝8:00	テレホンサービス ☎232-0119 市役所 ☎231-2111
歯科	9:00～11:30 14:00～16:30	海老名市休日歯科診療室 ☎231-1939	海老名市急患診療所では、土曜日の深夜(内科)の診療を行っています。 日時：毎週土曜日 22:00～7:30 ☎231-1912			
耳鼻咽喉科 眼科	9:00～16:30	消防署 ☎231-0355 市役所 ☎231-2111				

かながわ小児救急ダイヤル

夜間、子どもの急な体調の変化や病状について、すぐに医療機関を受診させた方が良いかどうか保護者等が判断に迷ったときに、看護師等が電話で必要な助言を行います。

受付時間 …… 毎日 18:00～24:00

受付電話番号

- プッシュホン回線、携帯電話の方 ⇒ #8000
- ダイヤル回線、IP電話の方 ⇒ 045(722)8000

※番号のかけ間違いにお気をつけください

相談内容 お子さんの体調の急変等に関する一般的な助言

相談対応者 専任の相談員(看護師等)

※体調の急変等に関する一般的な助言のみを行い、診断・治療はいたしません