ご案内

生活習慣病予防にご利用ください

●35～39歳のメタボリック予防健康診査

現在40～74歳の方は、男性が2人に1人、女性が5人に1人がメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）であるといわれています。少しでも早い段階から生活習慣病を予防するため、この健診を受けましょう。

▽対象となる方　35歳～39歳の方（昭和45年4月1日から昭和50年3月31日までに生まれた方）※生活保護受給者の方は、40歳以上でも受診できます

▽実施方法　今年度は個別検診で実施します（実施医療機関は、えびな健康だよりをご覧ください）

▽実施期間　平成22年3月31日㈬まで

▽申込方法　12月25日㈮までに保健相談センターに、電話、ファクス、または直接お申し込みください

▽検査項目　尿検査（蛋白・糖）、採血（肝機能・脂質・HbA1c）、計測（身長、体重、腹囲、血圧）、診察

▽負担金　1000円（生活保護受給者の方は、免除となります）。

●成人歯科健康診査

歯、歯周、義歯等のチェックおよび歯周ポケットの測定を行い、歯周病の早期発見、早期治療に効果的です。

▽対象者　35歳以上の歯科健康診断を受ける機会のない市民の方（今年度既に受診された方は除く）

▽受診期間　平成22年3月31日㈬まで

▽申込方法　保健相談センターに電話または直接お申し込みください。診査票を発行しますので、期間内に市内の成人歯科健康診査実施委託医療機関に直接連絡し、受診時に医療機関窓口に提出してください。

※詳細はえびな健康だよりをご覧ください。

参加者募集

食生活改善推進団体えびな会主催講座

親子でとんとんクッキング

▽日時　12月5日㈯10時～13時

▽内容　食事の役割などの話と調理実習

▽会場　保健相談センター2階　栄養指導室

▽対象　満5歳から小学6年生までの児童と保護者

▽定員　親子16組（先着順）※託児あり（要予約）

▽材料費　1組500円

▽持ち物　エプロン・三角巾（バンダナ可）。

元気に育て！こどものおやつ講座

▽日時　12月8日㈫10時～12時

▽内容　講話（幼児食とおやつの役割）と簡単なおやつの調理実習

▽会場　上今泉コミセン

▽対象　子育て中の保護者

▽定員　24人（先着順）

※託児あり（要予約）

▽持ち物　エプロン・三角巾（バンダナ可）。

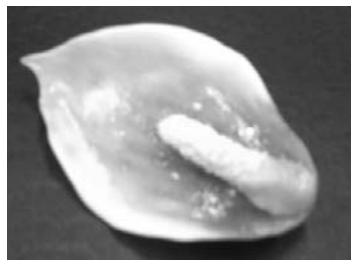
㊐㊊　11月16日㈪から保健相談センター（☎235・7880）へ。

健康えびな普及員会主催健康教室

パンフラワー教室～あなただけの、ブローチを作りません か～

▽日時　12月17日㈭10時～12時（受付＝9時45分～）

▽会場　保健相談センター



作品の一例

秋のかながわレッドリボン月間（11月16日～12月15日）および12月1日は世界エイズデーです。エイズへの正しい知識と理解を深める一カ月です

HIVに感染しても、エイズ発病前に薬を飲むことで発病を抑えることができるようになりました。

▽HIV即日検査日程

12月10日㈭9時45分～10時45分、13時45分～14時45分

▽日時　平成22年1月30日㈯13時30分～15時30分

※会場　いずれも保健相談センター（当日の受付は開催時間の30分前から）

＊持ち物など詳細は、お問い合わせください。

市民公開シンポジウム

新型インフルエンザへの対応

「新型インフルエンザ」感染予防について、市民公開シンポジウムを開催します。

▽日時　12月5日㈯13時～15時30分

▽会場　市役所401会議室

▽参加費　無料

▽特別講演

「効果的で実行可能な新型インフルエンザの感染予防」

▽講師　北里大学医学部衛生公衆衛生学講師・和田耕治氏

▽シンポジウム

「海老名市の新型インフルエンザへの対応について」

▽講師　海老名市医師会新型インフルエンザ対策委員長・内山喜一郎氏。

㊐㊊　海老名市医師会事務局（☎234・3241、受付＝平日8時30分～17時）、健康づくり課（☎235・7880）へ。

■献血にご協力お願いいたします

今後の予定

・12月8日㈫　海老名中央公園　10時30分～16時

■献血ありがとうございました

9月分

・海老名中央公園351人

・富士ゼロックス㈱海老名事業所170人

10月分

・海老名中央公園39人

・㈱リコーテクノロジーセンター133人

・海老名市役所57人

・芝浦メカトロニクス㈱さがみ野事業所32人

歯科相談（歯科セカンドオピニオン）のお知らせ

最近では歯科治療の進歩により、さまざまな治療法が存在します。歯科医からいくつかの治療方法を説明されても、迷ってしまうことも多いと思います。

このため、最近注目されているのが、セカンドオピニオンです。これは、複数の治療法が存在するときなど、医師からレントゲンや検査内容を借りて、別の医師に治療に関する助言を求めることです。

そこで市歯科医師会では、市民の皆さんに気軽に歯科治療に関する助言や相談などを行っています。ゆっくりお話（一人約30分）を進めるために予約が必要です。

なお、レントゲンなどの資料はお持ちになっても、ならなくても結構です。

●実施日時　奇数月の第2㈫13時～

●場所　市歯科医師会歯科診療室（市医療センター内）。

㊐㊊　市歯科医師会（☎235・4799）へ。

EBINA へるすくーる

◎ストップ・ザ・膝痛

（膝痛のメカニズム、膝痛予防の運動など）

▽日時　12月5日㈯13時～12時

◎これならできる！らくらく運動教室～私もできるアンチエイジング～

▽日時　12月5日㈯13時30分～15時30分

◎ストップ・ザ・腰痛

（腰痛のメカニズム、腰痛予防の運動など）

▽日時　平成22年1月30日㈯10時～12時

◎これならできる！らくらく運動教室～血管年齢を若返らせよう～

▽日時　平成22年1月30日㈯13時30分～15時30分

※会場　いずれも保健相談センター（当日の受付は開催時間の30分前から）

＊持ち物など詳細は、お問い合わせください。

▽定員　20人（申し込み順）

▽費用　1000円

▽持ち物　健康手帳（お持ちの方）、飲み物、タオル、持ち帰り用の箱（10㌢×6㌢ぐらい）。

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	休日昼間（日曜・祭日・年末年始12/29～1/3）		夜間		深夜（当番病院をご案内しますので必ず、下記番号へ連絡してください）	
小児科（外科系を除く）	受付時間 9:00～11:45 14:00～16:45	座間・綾瀬・海老名小児救急医療センター ☎255-9933	月曜～金曜 受付時間 19:00～21:45 土曜・日曜・祭日・年末年始12/29～1/3 受付時間 18:00～21:45	座間・綾瀬・海老名小児救急医療センター ☎255-9933	診療時間 22:00～翌朝7:00（重症の場合は翌朝8:00まで）	小児救急情報センター ☎255-9933 テレホンサービス ☎231-4402
内科	受付時間 9:00～11:30 14:00～16:30	海老名市急患診療所 ☎231-1912	月曜～土曜 受付時間 19:00～21:30 日曜・祭日・年末年始12/29～1/3 受付時間 18:00～20:30	海老名市急患診療所 ☎231-1912	月曜～土曜 診療時間 22:00～翌朝8:00 日曜・祭日・年末年始12/29～1/3 診療時間 21:00～翌朝8:00	テレホンサービス ☎232-0119 市役所 ☎231-2111
外科（当番病院をご案内します）	診療時間 8:00～18:00	テレホンサービス ☎232-0119 市役所 ☎231-2111	診療時間 18:00～22:00	テレホンサービス ☎232-0119 市役所 ☎231-2111	診療時間 22:00～翌朝8:00	テレホンサービス ☎232-0119 市役所 ☎231-2111
歯科	受付時間 9:00～11:30 14:00～16:30	海老名市 休日歯科診療室 ☎231-1939				
耳鼻咽喉科 眼科（当番病院をご案内します）	受付時間 9:00～16:30 ※診療時間詳細については、当番医にお問い合わせください	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 18:00～22:00

■ 受付電話番号

●市外局番が042以外のプッシュホン回線の方、携帯電話の方 ⇨　＃8000

●市外局番が042、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