

保健コーナー

保健相談センター
☎235・7880(地図4面)

講演会「たばこにさようなら」

驚くべきたばこの真実と禁煙の方法

喫煙中の方に呼気中の一酸化炭素濃度検査を無料実施します。
▽日時 9月27日(火)
午前10時～11時30分(受付9時30分) ▽会場 保健相談センター ▽定員 50人 ▽講師 厚木保健福祉事務所医師・拝野貴之氏。

電話で保健相談センターへ。

月1回の健康づくり 海老名おたっしや教室

寝たきり予防と交流を目的とした月1回の健康づくりの教室です。
▽会場・日時 ▼門沢橋コミセン：9月28日(水)
▼柏ヶ谷コミセン：9月29日(木) ▼中新田コミセン：9月30日(金) ※いずれも、午前10時～11時30分(受付9時40分)

▽対象・定員 最近家に閉じこもりがちで、人と話す機会が少なくなった、足腰が弱くなったと感じている方・30人 ▽内容 生活に役立つ話や海老名のびのび体操 ▽持ち物 健康手帳。

第3期日本脳炎の 予防接種を廃止

現在、一時使用中止している日本脳炎の予防接種は、7月29日の法令改正で、中学3年生の第3期接種が廃止になりました。

今後、保護者の判断で接種を希望する場合は自費となります。

保健相談センター。電話で保健相談センターへ。

肝疾患講演会

クッキング教室

健康な体は食事から

▽日時 9月30日(金)
午前9時30分～正午(受付9時) ▽会場 保健相談センター ▽対象・定員 食習慣を見直したい方

病院長(消化器内科教授)・与芝真彰氏。

厚木保健福祉事務所保健予防課(☎224・1111内線3226)。

未熟児支援教室

2000グラム未満で生まれたお子さんの保護者を対象に、未熟児支援教室を開催します。
▽日時 9月27日(火)
午前10時～正午 ▽会場 厚木合同庁舎新館4階 ▽対象・定員 2000グラム未満で生まれたお子さんの保護者・25組 ※託児は先着20人 ▽内容 講演「低出生体重児の子育てについて」(0～1歳児向け) ▽講師 鎌倉保健福祉事務所医師・辻恵氏。

電話で保健相談センターへ。

体重が気になる方・30人 ▽内容 健康な体をつくるための調理実習 ▽講師 栄養士、保健師 ▽持ち物 健康手帳、筆記用具、エフロン、三角巾 ▽費用 一部自己負担あり。

電話で保健相談センターへ。

現在、一時使用中止している日本脳炎の予防接種は、7月29日の法令改正で、中学3年生の第3期接種が廃止になりました。

今後、保護者の判断で接種を希望する場合は自費となります。

保健相談センター。電話で保健相談センターへ。

電話で保健相談センターへ。

電話で保健相談センターへ。

厚木保健所から

9/10 保健相談センター

▽日時 9月10日(土)
午後2時～5時 ▽会場 保健相談センター ▽内容 「B型・C型ウイルス肝炎の最新治療」について ▽講師 昭和大学藤が丘

検診・健康相談

会場：保健相談センター（予約☎235・7880）

相談名	相談日・受付時間
がん検診 胃・大腸・肺…40歳以上 乳・子宮…30歳以上	9月12日(月)※女性のみ 10月16日(日)
医療相談(予約制)	火曜日/午後1時～2時20分 ・変更の場合あり
歯科相談(予約制)	9月8日(木) 10月13日(木)/午前9時～11時30分
くすりの相談(副作用、サプリメントのことなど・予約制)	9月13日(火) 10月11日(火)/午後1時～2時30分
健診後の相談(予約制)	9月16日(金)/午前9時30分～11時
運動、膝・腰痛の相談(予約制)	9月15日(木)/午前9時30分～11時
健康相談・栄養相談(予約なし)	9月14日(水)/午前9時30分～11時
禁煙相談	随時受付
くすりの電話相談	毎週水曜日/医療センター(電話または☎233・4494)へ

●厚木保健福祉事務所の相談・検診の日程等は、同事務所(☎224・1111)へ。

乳幼児の健診

会場：保健相談センター（☎235・7880）

健診・相談名	対象	月日・受付時間
4カ月児健康診査	17年4月1日～15日生まれ 17年4月16日～30日生まれ	9月6日(火)午後1時～1時30分 9月20日(火)午後1時～1時30分
8カ月児健康診査	満8カ月～11カ月の前日	指定の医療機関へ
(歯科)1歳6カ月児健康診査	16年2月1日～15日生まれ 16年2月16日～29日生まれ	9月1日(木)午後1時～1時30分 9月15日(木)午後1時～1時30分
(内科)1歳6カ月児健康診査	歯科健康診査受診後～1歳9カ月児・指定の医療機関へ	
2歳児歯科健康診査	15年8月生まれ	9月16日(金)午後1時～1時30分
3歳6カ月児健康診査	14年2月1日～15日生まれ 14年2月16日～29日生まれ	9月7日(水)午後1時～1時30分 9月21日(水)午後1時～1時30分
離乳食講習会	満5～7カ月児の保護者	9月9日(金)午前9時45分～10時
母と子のこころの相談	乳幼児と保護者	9月27日(火) ※時間は予約時に決定
幼児むし歯予防教室	満1歳1～3カ月児とその保護者	今月はありません
地域育児相談	乳幼児と保護者	9月7日(水)午前9時45分～10時30分 9月2日(金)午前9時45分～10時30分 会場：門沢橋コミセン

ポリオ(急性灰白髄炎)

◎誕生月により実施日を指定しています

【1回目接種】平成17年1月生まれ＝9月26日(月)
2月生まれ＝9月27日(火)
3月生まれ＝9月28日(水)

▷受付時間 午後1時20分～2時(時間厳守)
▷会場 保健相談センター
▷当日、母子手帳と予防接種予診票(会場でも配布)を持って、直接会場へ
▷対象年齢は、3カ月～7歳6カ月です。健康上の理由等で指定日に来られない方は、保健相談センターへ問い合わせください
▷ポリオの予防接種は、6週間以上の間隔で2回服用します。間隔が長くあいても効果に差はありません

献血にご協力を

9月13日(火)…海老名中央公園(午前10時～午後4時)

＊ご協力ありがとうございます(7月分)＊
海老名中央公園81人、(株)タイトー
海老名開発センター41人、(株)海老名第一ビルディング42人

9月の予防接種・BCG

◎誕生月により実施日を指定しています

対象者	日程
6月前半生まれ	15日(木)
6月後半生まれ	29日(木)

▷受付時間 午後1時20分～2時(時間厳守)
▷会場 保健相談センター
▷当日、母子手帳と予防接種予診票(会場でも配布)を持って直接会場へ
▷対象年齢 2～6カ月に達する日の前日

休日・夜間の急患診療

施設名	海老名市急患診療所(さつき町41・医療センター内)☎231・1912	休日歯科診療室(さつき町41・医療センター内)☎231・1939	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☎255・9933	☆保険証・診察料を持参してください☆海老名市急患診療所の小児科については、小児科医は常駐していませんが診療します☆耳鼻咽喉科・眼科(診療は休日昼間のみ)の当番医問い合せ(☎231・0355)へ☆左記時間外・大けが・重症の場合内科：テレホンサービス(☎232・0119)市役所(☎231・2111)へ小児科：座間・綾瀬・海老名小児救急情報センター(☎255・9933)またはテレホンサービス(☎231・4402)へ当番医院などを紹介します☆必要に応じて救急車を依頼しましょう
診療科目	内科(小児科)	歯科	小児科	
受付	昼間	日曜・祝日・年末年始(12/29～1/3)／午前9時～11時30分、午後2時～4時30分	日曜・祝日・年末年始／午前9時～11時45分、午後2時～4時45分	
	夜間	月曜～土曜日／午後7時～9時30分日曜・祝日・年末年始／午後6時～8時30分	月曜～金曜日／午後7時～9時45分土曜・日曜・祝日・年末年始／午後6時～9時45分	

※急患診療についての質問・問い合わせは保健相談センター(☎235・7880)へ。

※市民サークル案内「募集」のつづき

●ボタニカルアート(植物画) 植物を細密に楽しく画いてみませんか。毎月第2・4水曜午後2時～4時、中央公民館など、会費あり。
☎ 恒川(☎233・6803)。
●日光和楽会

やさしい手踊りで、初心者

も大歓迎。毎月第1・3水曜は杉久保自治会館、毎月第2・4水曜は国分コミセンで、すべて午前10時～正午。
☎ 伴(☎231・2632)。
●アルモニコス・ギターアンサンブル 初心者歓迎。ギターでハモろう、個人レッスンを受けた後合奏を楽しみます。

毎月第1・3金曜午後6時30分～8時30分、中央公民館で、会費あり。
☎ 根本(☎232・7666)。
●コントラクトブリッジクラブ トランプゲームで最も人気のあるコントラクトブリッジに興味のある方、毎週1回コミセンなどで(予定)。
☎ 本多(☎231・3130)。
●ピナ・フィオーレ 女性コーラスのサークル、一緒に歌いましょう。毎週水曜午前10時～正午、青少年会館音楽室で。会費あり。
☎ 川村(☎231・5669)。
●アンサンブルVIVO 初心者歓迎。和気あいあいとハーモニーを楽しんでいます。毎月第1・3水曜午前10時～正

午、中央公民館で。会費あり。
☎ 岡田(☎231・8254)。
●けやき美術会 絵を描く、豊かな心。毎月第1・3金曜午前9時～正午および第1金曜午後6時～9時、中央公民館で。会費あり。
☎ 緑川(☎232・6278)。
●海老名福島県人会 2月に設立。市内在住の福島県出身の方、仲間に入りませんか。年2回程度。年会費あり。
☎ 遠藤(☎231・5100)。
●ボールペン字OB会 もう一度基本から文字を習ってみませんか。いつでも見学できます。毎月第1・3木曜午後1時30分～3時30分、中央公民館で。会費あり。
☎ 欽塚(☎236・5730)。

海老名ライオンズクラブ

海老名ライオンズクラブ(秋津健会長)では今年度、青少年育成・薬物乱用防止活動を重点的に推進します。
同クラブは、アイバンクや腎バンクの登録・推進、献血などさまざまな活動を行っています。
☎ 同クラブ(☎234・2481＝月・火・木・金曜の午前10時～午後2時)。

かかりつけ医を持ちましょう

日ごろから病気の治療や健康相談が気軽にできる「かかりつけ医」を選んでおくことは、あなたとご家族の健康を守るうえで大変重要なことです。

海老名市医師会は「かかりつけ医」定着推進事業に取り組んでいます。

◆望ましい「かかりつけ医」の条件

医師会からのお知らせ

○必要な時、適切な指示を与えてくれる
○その他、自分の健康上の相談に乗ってくれる。
☎ 海老名市医師会(☎234・3241)。