



糖尿病予防教室  
疾病別相談のご利用を

糖尿病予防教室が、平成14年度の結果でも、この値が5.5%以上の方が受診者の24.4%です。厚生労働省の調査では、糖尿病予防教室「予備軍」は計1620万人で、成人の6人に1人以上と推定されています。

市の基本健康診査では、HbA1C(※)の基準値を5.5%未満とされていますが、平成14年度の診査結果でも、この値が5.5%以上の方が受診者の24.4%です。

糖尿病予防教室  
疾病別相談のご利用を



保健師も  
増え続ける  
患者と「予備軍」

食生活の欧米化や運動不足、社会生活でのストレスの増加等、日本人の生活が大きく変化していることが原因と考えられています。

このため市では、10月20・27日、11月10・17日の各月曜日午後1時30分から、糖尿病予防教室を開催します(一部自己負担あり)。10日は午前9時30分開始。教室の内容は、糖尿病と合併症についての講義、適正カロリ、適正体重などの計算、調理実習、健康運動指導士による運動の講義を中心に行います。受講を希望する方は、保健相談センターへ電話で予約してください。平成11年には、同予防教室のOB会「うさぎ会」が発足し、ウォーキングや調理実習のほか、

課・湧上直美氏(26歳児の母として)講師「フチペアーズクラブ(西湘・吉澤さとみ氏)」。11月25日(火)までに、厚木保健福祉事務所保健福祉課(☎224・1111、内3224)へ。託児あり(先着15組まで)。

思春期から更年期の女性の健康にかかわる相談を実施します。▽日時 11月27日(木)午後1時30分～4時  
▽会場 厚木合同庁舎新館  
▽相談医 北里大学病院産婦人科医師・今井愛氏。  
申 電話で厚木保健福祉事務所保健福祉課(☎224・1111、内3224)へ。時間予約制。



減量

糖尿病に関する学習会などの活動を行っています。現在同会の会員数は25人で、糖尿病を積極的に予防する意識と具体的な方法を、自分で身につけることを目的としています。

保健相談センターでは、このほかにも専門的な相談の場として、疾病別相談を12月18日(木)に開催します(予約制)。糖尿病・肥満に関する困りごとのこと、気になることがありましたら、お気軽にご相談ください。  
※HbA1C(ヘモグロビンエーワン・シー)は血液中のヘモグロビンとブドウ糖が結合したもので、血糖値が高くなると上昇するため、糖尿病の指標として用いられている値

保健コーナー

特に記載のないものについての問い合わせ先

保健相談センター(☎235・7880)

難病講演会

▽日時 11月15日(土)午後1時～3時  
▽場所 厚木合同庁舎新館  
▽内容 講演「パーキンソン病」

▽日時 11月28日(金)午前10時～正午  
▽会場 厚木合同庁舎新館4階  
▽内容 育児体験談「私のふたご育児」および座談会①母として、保健師として(講師)座間市役所市民健康

ふたご・みつこののびのび教室2日目

▽日時 11月27日(木)午後1時30分～4時  
▽会場 厚木合同庁舎新館  
▽相談医 北里大学病院産婦人科医師・今井愛氏。  
申 電話で厚木保健福祉事務所保健福祉課(☎224・1111、内3224)へ。時間予約制。

女性の保健相談

がん検診の日程(予定)

◎検診内容・料金などの問い合わせ、申し込みは保健相談センターへ(10月9日現在)

検診科目(対象)	胃(40歳以上)		大腸(40歳以上)		肺(40歳以上)		乳(30歳以上女性)		子宮(30歳以上女性)	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
11月27日(木)保健相談センター	×	○	○	○	×	○	×	○	○	○
12月15日(月)〃	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○
1月17日(中)〃	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

○…空きがあります △…お早めに申し込みを ×…満員です ---設定なし

献血の日程

日時	会場
11月11日(火) 午前10時～午後4時	海老名中央公園
11月27日(木) 午後2時～4時	海老名郵便局

☆ご協力ありがとうございます(9月分)  
海老名中央公園118人

ツベルクリン検査・BCG

◎誕生日により実施日を指定しています

検査薬接種/判定・BCG接種 (必ず2日間ともご来場ください)	
6月生まれ	11月5日(水) / 7日(金)
7月生まれ	11月10日(月) / 12日(水)

▷受付時間 午後1時20分～2時20分(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～4歳未満です。対象年齢を過ぎると接種できませんので、ご注意ください  
▷BCGは、判定結果陰性(発赤の大きさ0～9mm)と認められた方に接種します

乳幼児の健診と相談

◎健診を受ける方は、母子手帳・問診票を持参、その他は母子手帳を持参してください

健診・相談名	対象	月日・受付時間	会場	申し込み/問い合わせ
4カ月児健康診査	15年7月1日～15日生まれ	11月4日(火) 午後1時～1時30分	保健相談センター	直接会場へ /保健相談センター
	15年7月16日～31日生まれ	11月18日(火) 午後1時～1時30分		
8カ月児健康診査	満8カ月から11カ月の前日まで		指定の医療機関へ	
1歳6カ月児健康診査	14年4月1日～15日生まれ	11月6日(木) 午後1時～1時30分	保健相談センター	直接会場へ /保健相談センター
	14年4月16日～30日生まれ	11月20日(木) 午後1時～1時30分		
2歳児歯科健康診査	13年10月生まれ	11月21日(金) 午後1時～1時30分	保健相談センター	〃
3歳6カ月児健康診査	12年4月1日～15日生まれ	11月5日(水) 午後1時～1時30分	保健相談センター	〃
	12年4月16日～30日生まれ	11月19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	11月7日(金) 午前9時45分～10時	保健相談センター	予約制 /保健相談センター
母と子の心の相談	乳幼児と保護者	11月25日(火) (時間は予約時に決定)	保健相談センター	予約制 / 〃
幼児むし歯予防教室	満1歳1カ月～1歳3カ月児と保護者	11月の予定はありません	保健相談センター	予約制 / 〃
すこやか育児サロン	乳幼児と保護者	11月5日(水) 午前9時45分～10時	保健相談センター	直接会場へ /保健相談センター
		11月7日(金) 午前9時45分～10時	柏ヶ谷コミセン	
こども整形外科相談	18歳未満で心配のある方	11月27日(木) 午後1時～2時	厚木保健福祉事務所	予約制/厚木保健福祉事務所(☎224・1111)
障害児歯科相談	心身に障害を持つ6歳未満の幼児	11月6日(木) 午後1時30分～2時	厚木保健福祉事務所	予約制 / 〃
こども専門相談	特に心配されている方	11月6日(木) 午後1時～2時	厚木保健福祉事務所	予約制 / 〃

疾病別相談(運動・ひざ・腰痛)

相談日・受付時間	会場
11月20日(木)午前9時30分～11時	保健相談センター

健康相談

月日・受付時間	会場
11月19日(水)午前9時30分～11時	保健相談センター

▷当日直接会場へ。  
▷健康手帳・基本健康診査などの受診結果をお持ちの方は持参してください。

市民歯科相談

相談日・受付時間	会場	担当医
11月13日(木)午前9時～11時30分	保健相談センター	市歯科医師会の医師

市民医療相談

相談日・受付時間	会場	担当医
毎週火曜日・午後1時～2時20分	保健相談センター	東海大学医学部教授・岡崎 勲先生(専門=内科一般)

※相談は、担当医の都合により変更になることがあります。

くすり電話相談

◎電話またはファクス(☎233・4494)で受け付けます。服用のしかたなどお気軽に。

日時	担当
毎週水曜日/午後1時～3時	市薬剤師会

休日・夜間の急患診療

内科・歯科：医療センターへ(さつき町41番地)  
小児科：座間・綾瀬・海老名小児救急医療センターへ(座間市緑ヶ丘1-1-3・座間市休日急患センター内)

施設名	診療科目	休日・夜間診療時間
海老名市急患診療所(医療センター内) ☎(231)1912	内科(小児科)	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
休日歯科診療室(医療センター内) ☎(231)1939	歯科	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
座間・綾瀬・海老名小児救急医療センター(座間市休日急患センター内) ☎(255)9933	小児科	日曜・祝日・年末年始 / 午前9時～11時45分、午後2時～4時45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

☆保険証・診察料を持参してください  
☆小児科については、専門医は常駐していませんが、海老名市急患診療所でも診療いたします  
☆耳鼻咽喉科・眼科は当番医療機関(主に市外)を紹介します(診療は休日昼間のみ)  
☆左記時間外・大けが・重症の場合  
内科：テレホンサービス(☎232・0108)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)  
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

※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。

厚木保健福祉事務所(☎224・1111)の相談・検診

相談・検診名	月日・受付時間	会場
栄養専門相談(電話予約制)	11月4日(水)・18日(水) / 午前9時30分～午後4時	厚木保健福祉事務所
精神保健福祉相談	11月10日(月)・19日(水)・27日(水) / 午後1時30分～4時	海老名市役所
	11月26日(水) / 午後1時30分～4時	
思春期相談	電話で申し込んでください	
老人性痴呆ほう相談	11月5日(水) / 午後1時30分～4時	
歯ぐきの検診(電話予約制)	11月25日(水) / 午後1時30分～ ※対象：20～39歳	厚木保健福祉事務所
外国籍県民結核検診	毎週水曜日 / 午前9時～10時30分	
エイズ無料検査	毎週水曜日 / 午後1時30分～3時	