

健康だより



記載なしは原則圏保健医療センター ☎77・1133

あやせ24時間健康相談 医師や保健師などが、心や体の健康相談に24時間応じます。フリーダイヤル ☎0120・1192・61。

■乳幼児健診と健康相談

▶場所 保健医療センター（記載のあるものを除く）

区分	月日	受付時間	対象など
8～10カ月児健診	生後8～11カ月未満	場所は委託医療機関(市ホームページに一覧あり)	
4～5カ月児健診	12月12日(木)	13:00～13:20	25年7月生まれ 個別通知あり
	12月18日(水)		
1歳6カ月児健診	12月5日(木)	13:00～14:00	24年5月生まれ
	1月9日(木)		
2歳児歯科健診	12月12日(木)	9:00～9:30	23年12月生まれ 24年1月生まれ 個別通知あり 歯ブラシ持参
	1月16日(木)		
3歳6カ月児健診	12月19日(木)	13:00～14:00	22年5月生まれ
	1月23日(木)		
1歳児歯科育児相談	12月6日(金)	9:30～9:50	24年11月生まれ 24年12月生まれ 歯ブラシ持参
	1月10日(金)		
子ども健康相談	12月3日(火)	9:30～11:00	育児相談を希望の方 予約制
	12月18日(水)		

■胃がん・大腸がん・肺がん検診

来年2月1日(土)・25日(火)保健医療センター。市内在住で来年3月31日現在40歳以上の方対象。☎12月2日～24日8時30分から同センター ☎77・1133、77・1111(代表電話のため検診申し込みの旨を伝えてください)か直接(申込順)。受診票など持参(検診日の1週間前までに郵送します)。市民税非課税世帯、生活保護世帯、70歳以上の方は検診負担金が免除されるので、申し込み時に伝えてください。毎年4月から翌年3月までの間に1回の受診です。

コース	A(胃・大腸・肺)	B(胃・大腸)	C(胃)	D(大腸)	E(肺)
定員	50人	30人	30人	40人	35人
負担金	2200円	1600円	1100円	500円	600円
受付時間	男性①8時30分から ②9時から 女性①9時30分から ②10時から ③10時30分から ※受付時間はあらかじめ割り振って通知				

※申し込みが集中するため、電話がかかりにくいことがあります
※保健師による健康相談と骨密度測定(1日のみ)も実施します

■猫の避妊・去勢手術費を補助

野良猫に対する苦情が多く寄せられています。「かわいそう」という気持ちだけで餌を与えると、かえって不幸な猫を増やすことになり、さまざまな問題が起きてしまいます。餌を与えるときは①避妊去勢手術を受けさせる②庭に猫用トイレを設置する③飼い猫にするなど責任を持ち、飼

うときは屋内飼育を心掛けましょう。猫の避妊・去勢手術をする場合費用の一部を補助しています。市に住民登録があり、生後6カ月以上の猫を飼育か捕獲している方対象。1世帯当たり1年度につき2匹まで。補助額は雄3000円、雌4000円。☎手術前に保健医療センターへ直接(野良猫の場合は印鑑を持参)。

■高齢者のインフルエンザ予防接種

▶期間 12月31日まで▶場所 委託医療機関〔市内は表のとおり。座間・海老名・大和市の医療機関でも接種できます。施設入所中など委託医療機関以外での希望者は、費用(上限あり)を還付するので、接種前に相談してください〕▶回数 1回▶対象 市内在住で次のいずれかに該当する方①接種日に満65歳以上②接種日に満60歳以上65歳未満で、ヒト免疫不全によるほか、心臓やじん臓、呼吸器に重い病気がある身体障害者手帳1級程度を有する方(同手帳の写しか医師の診断書が必要)▶持ち物 保険証、健康手帳(持っている方)▶費用 1500円〔生活保護世帯と市民税非課税世帯の方は、保健医療センターで費用免除承認書(無料)を発行するので、接種前に連絡し来所(印鑑持参)してください。やむを得ず接種前に申請できない方は相談してください〕

医療機関名(順不同)	電話番号	要予約
紀医院	78・0327	—
共ヶ岡診療所	78・1598	—
緒方医院	78・1555	—
市川医院	78・7311	○
菅原医院	77・0885	—
島田外科・内科	76・0006	—
吉崎医院	78・8854	—
茂木産婦人科医院	78・0300	—
宮内耳鼻咽喉科医院	78・8671	○
熊倉整形外科	77・7111	—
矢崎病院	76・6211	—
比留川医院	79・0355	—
綾瀬厚生病院	77・5111	—
さとうこどもクリニック	70・8031	○
あやせ整形外科・眼科	78・1660	○
かしわざクリニック	71・0307	○
あやせ訪問クリニック	84・7220	○
原クリニック	79・8348	○

■離乳食カミカミ教室

12月20日(金)10時～11時30分、保健医療センター。離乳食の話と試食。講師は管理栄養士。9～12ヶ月児の保護者対象。母子健康手帳、おんぶひも(持っている方)持参。定員20人(申込順)。☎12月3日から同センター。



■ふんの始末は飼い主の責任です

一部の心ない飼い主のため、道路や公園、畑、庭先などがペットのふんで汚される被害が後を絶たず、多くの苦情が寄せられています。ペットを飼う場合は責任を持って、人の迷惑にならないよう注意してください。犬を散歩させるときは自宅トイレを済ませた上で必ず引き綱を付けて、ビニール袋や新聞紙、シャベルなどを用意してふんを必ず持ち帰りましょう。ふんで迷惑している方には、啓発看板を配布しています。

健康ひとくちメモ

～不育症・不妊症～

不妊症・不育症が原因で子どもが欲しいのに恵まれず悩んでいる方がいます。不妊症は、避妊をせず性生活を行っているにもかかわらず2年以上妊娠をしない場合をいいます。女性因子(無排卵や子宮内膜症など)が5割、男性因子(無精子症など)が3割、原因不明が2割といわれています。不育症は、

妊娠が継続できず流産を繰り返す場合をいいます。原因は、子宮異常、内分泌異常、免疫異常、染色体異常など多岐にわたっています。

不妊症・不育症は、まだ謎の多い部分もありますが、それぞれに検査や治療法があるものもあります。夫婦だけで悩まず、専門医に相談することが大切です。

不妊症・不育症治療費助成制度があります。詳しくは、保健医療センターへ問い合わせてください。

相談の名称(相談無料)		日時(祝日・振替休日は除く)・相談内容など	問い合わせ
12月の相談	法律相談(弁護士)	4日・11日・18日・25日の各水曜日13時～16時30分(予約は前週の相談日8時30分から)	市民課 ☎70・5605
	夜間法律相談(弁護士)	12日・26日の各木曜日18時～20時30分(予約は前週の木曜日8時30分から)	
	行政書士相談(行政書士)	2日(月)13時～16時。相続、遺言などに関する事	
	不動産相談(専門相談員)	16日(月)13時～16時。不動産に関する事	
	子育て相談(専門相談員)	毎週月～金曜日9時15分～12時・13時～17時。子育ての悩み、児童虐待について(電話可)	子育て支援課 ☎70・5664
	障がい児者相談(援護施設職員)	毎週月・火・水・金曜日10時～15時。障がい児者の生活全般について	障がい福祉課 ☎70・5623
	成人健康相談	日時・場所は問い合わせてください(生活習慣病などの相談、聴覚の簡易検査希望の方)	保健医療センター ☎77・1133
	保健師による心の健康相談	5日(木)10時～11時30分。心の健康相談	
	聴覚相談	5日(木)9時～11時30分。聴覚チェックと聞こえの相談。40歳以上の方対象	
	シニアあったか相談(専門相談員)	毎週月曜日10時～15時。一人暮らし高齢者の心配事などについて	高齢介護課 ☎70・5630
DV専門相談(専門相談員)	6日・13日・20日・27日の各金曜日13時～17時。配偶者などからの暴力について	市民課 ☎70・5605	
行政相談(行政相談員)	9日(月)13時～16時。国・県・市などの行政に関する意見や苦情		
人権身上相談(人権擁護委員)	9日(月)13時～16時、305会議室。近隣トラブル、いじめ、暴力など		
一般相談	毎週月～金曜日8時30分～12時・13時～17時	保健医療センター ☎77・1133	
いきいき健康・食事相談	毎週月～金曜日8時30分～12時15分・13時～17時。健康・栄養相談、酒害相談など		
高齢者ヘルスアップ相談	2日(月)10時～11時30分、高齢者福祉会館。健康相談・心の健康相談		
消費生活相談(専門相談員)	月・火・木・金曜日10時～12時・13時～16時。訪問販売・商品のトラブルなど(電話可)		消費生活センター ☎70・3335
教育相談	毎週月～金曜日8時30分～17時。子どもの教育・生活に関する心配事・悩みなど	教育研究所 ☎79・0222	
青少年相談	毎週月～金曜日9時～17時。子どもの悩み・非行・ひきこもりなど ☎su9940@city.ayase.kanagawa.jpでも可	青少年相談室 ☎77・7830	
こどもなんでも相談	毎週月～金曜日13時30分～16時。心身に障がいのある乳幼児について	もみの木園 ☎76・6770	
市長と未来を語る部屋	19日(木)14時～16時。定員4組(1組3人まで)各20分以内。市政全般に関する建設的な提案など。政治・宗教・営業活動は除く。※公務で日程変更する場合があります	政策経営課 ☎70・5635	