

健康だより



記載なしは原則圖保健医療センター☎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11日(木)	13：00～13：20	26年7月生まれ	個別通知あり
	12月17日(水)			
1歳6カ月児健診	12月4日(木)	13：00～14：00	25年5月生まれ	個別通知あり 歯ブラシ持参
	1月8日(木)		25年6月生まれ	
2歳児歯科健診	12月11日(木)	9：00～9：30	24年12月生まれ	
	1月15日(木)		25年1月生まれ	
3歳6カ月児健診	12月18日(木)	13：00～14：00	23年5月生まれ	
	1月22日(木)		23年6月生まれ	
1歳児歯科育児相談	12月5日(金)	9：00～9：20	25年11月生まれ	歯ブラシ持参
	1月9日(金)		25年12月生まれ	
子ども健康相談	12月2日(火)	9：30～11：00	育児相談を希望の方	予約制
	12月17日(水)			

■胃がん・大腸がん・肺がん検診

2月14日(土)・24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。 囲14日の検診は12月9日～来年1月6日、24日の検診は12月12日～来年1月9日のいずれも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（受診時間の割り振りの通知と併せて、検診日の1週間前までに郵送します）。市民税非課税・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、申込時に伝えてください。

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
受診開始 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				

※申し込みが集中するため、電話がつながりにくいことがあります ※4月～翌年3月の間に1回の受診です

■猫の避妊・去勢手術費を補助

野良猫に関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・去勢手術の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。 囲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）。

■乳がん・子宮がん検診

2月7日(土)・20日(金)・28日(土)保健医療センター。市内在住の女性対象。受診票など持参（検診日の1週間前までに郵送します）。 囲7日の検診は12月5日～26日、20日の検診は12月10日～来年1月7日、28日の検診は12月15日～来年1月13日のいずれも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）。市民税非課税・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、申込時に伝えてください。

コース		受付時間	定員	負担金	年齢・生年月日	
乳がんのみ	A 乳がんエコー検診 ※7日・20日のみ実施	①9時②10時30分 ③13時④14時30分	40人	900円	昭和50年4月1日～60年3月31日	
	B 乳がん視触診と乳房X線2方向撮影	①9時②10時30分 ③13時④14時	25人	2400円	昭和40年4月1日～50年3月31日	
	C 乳がん視触診と乳房X線1方向撮影	(7日・20日は④14時30分)	25人	1900円	昭和40年3月31日以前	
D 子宮がん		①9時②10時30分 ③13時④14時 (7日・20日は①9時30分②13時30分)	100人	900円	平成7年3月31日以前	
E 子宮がん検診と乳がんエコー検診 (7日・20日のみ実施)		①9時30分 ②13時30分	40人	1800円	昭和50年4月1日～60年3月31日	
乳がん・子宮がん併用	F 子宮がん・乳がん視触診と乳房X線2方向撮影	①9時②10時30分 ③13時④14時	25人	3300円	昭和40年4月1日～50年3月31日	
	G 子宮がん・乳がん視触診と乳房X線1方向撮影	(7日・20日は④14時30分)	25人	2800円	昭和40年3月31日以前	

※申し込みが集中するため、電話がつながりにくいことがあります ※子宮がん検診は器具を挿入して行う細胞診です ※乳がん検診（X線撮影）は生理前1週間～生理終了の間と、授乳中などの乳房が張る期間は受診できないほか、断乳後、約6カ月を目安に受診できない場合があります ※ペースメーカーを使用している方や、乳房内にシリコンなどの注入物がある方はかかりつけ医の個別検診を受けてください ※各項目につき4月～翌年3月の間に1回の受診です ※7日と20日の検診車で検診時のみ就学児対象の保育があります（希望する方は要事前相談）

■高齢者肺炎球菌予防接種

▶接種期間 来年3月31日まで▶場所 委託医療機関（2ページの同機関一覧表のとおり。座間・海老名・大和市でも接種可。同機関以外での接種は事前に保健医療センターへ要相談）▶対象 市内在住で次のいずれかに該当①昭和25年4月1日以前生まれの方②接種日に満60歳以上65歳未満でヒト免疫不全か心臓・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 予防接種券、予診票、費用免除承認書（費用免除対象者）、健康保険証、健康手帳（持っている方）▶費 3000円。生活保護・市民税非

課税世帯、中国残留邦人等支援法該当者で生活支援給付を受けている方は負担金が免除されるので、事前に同センターへ要申請▶その他 2回目の接種は、5年以上経たないとできません。接種する時期は、かかりつけ医と相談してください▶ 囲同センターに電話か直接。審査後、必要書類を送付

■離乳食カミカミ教室

12月19日(金)10時～11時30分、保健医療センター。離乳食の話と試食、身体計測。講師は管理栄養士、保健師。9～12カ月児の保護者対象。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）。 囲12月2日から同センター。

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	予約制	法律相談(弁護士)	市民課☎70・5605		
		夜間法律相談(弁護士)		子育て支援課☎70・5664	
		行政書士相談(行政書士)			障がい福祉課☎70・5623
		不動産相談(専門相談員)			
		子育て相談(専門相談員)	高齢介護課☎70・5633		
		障がい児者相談(援護施設職員)		市民課☎70・5605	
		成人健康相談			保健医療センター☎77・1133
		保健師による心の健康相談			
		聴覚相談	教育研究所☎79・0222		
	シニアあったか相談(専門相談員)	青少年相談室☎77・7830			
	DV専門相談(専門相談員)			もみの木園☎76・6770	
	行政相談(行政相談員)				市長と未来を語る部屋
	人権身上相談(人権擁護委員)		政策経営課☎70・5635		
	一般相談	政治・宗教・営業活動は除く。申し込みは15日17時まで。※公務で日程変更する場合があります			
	いきいき健康・食事相談				
	高齢者ヘルスアップ相談				
	消費生活相談(専門相談員)				
	教育相談				
	青少年相談				
こどもなんでも相談					

会食する機会が多い時期です。家族や仲間とゆっくり会話をしながら、食事を楽しみましょう。