

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	11月8日(木) 11月22日(木)	13:00~13:20	24年6月生まれ	個別通知あり
1歳6カ月児健診	11月1日(木) 12月6日(木)	13:00~14:00	23年4月生まれ 23年5月生まれ	個別通知あり 歯ブラシ持参
2歳児歯科健診	11月8日(木) 12月13日(木)	9:00~9:30	22年11月生まれ 22年12月生まれ	
3歳6カ月児健診	11月15日(木) 12月20日(木)	13:00~14:00	21年4月生まれ 21年5月生まれ	個別通知あり 歯ブラシ持参
1歳児歯科育児相談	11月2日(金) 12月7日(金)	9:30~9:50	23年10月生まれ 23年11月生まれ	
子ども健康相談	11月6日(火) 11月14日(水)	9:30~11:00	育児相談を希望の方	予約制

四種混合予防接種を開始します

三種混合ワクチンと不活化ポリオワクチンがひとつになった四種混合予防接種を開始します▶期間 11月1日から(ワクチンの納品・在庫状況により接種を待つことがあります)▶場所 委託医療機関(市内は表のとおり。要予約。座間・海老名・大和市の医療機関でも接種できます)▶回数・間隔 4回(20日~56日間隔で3回接種後、6カ月(標準12カ月~18カ月)以上空けて4回目)▶対象 生後3カ月~7歳6カ月未満(三種混合予防接種と不活化ポリオ予防接種のいずれも未接種)▶持ち物 保険

証、母子健康手帳、予診票(持っている方)

医療機関名(順不同)	電話番号
紀医院	78・0327
菅原医院	77・0885
島田外科・内科	76・0006
吉崎医院	78・8854
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
おかもと小児科	70・3993
たけだこどもクリニック	71・0321

麻薬・覚せい剤乱用防止街頭キャンペーン

11月9日(金)16時から、市役所1階市民ホール、綾瀬タウンヒルズショッピングセンター(深谷)。

料理講習会

11月27日(火)9時30分~13時、保健医療センター。ヘルシーなおもてなし料理を作ります。定員15人(申込順)。国健康あやせ普及員OB会。費700円。11月2日から同センター。

乳がん・子宮がん検診【2年に1回受診(Aコースのみ毎年)】

来年1月12日(土)・22日(火)保健医療センター。市内在住の方対象。22日は保健師による骨密度測定と健康相談あり。受診票持参(検診日の1週間前までに郵送します)。11月5日~26日8時30分から同センター☎77・1133、77・1111(内線3101)か直接(申込順)。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ます。申し込み時に伝えてください。

コース	受付時間	定員	負担金	費用免除対象者
A 乳がん視触診	①9時15分 ②13時15分	15人	700円	昭和48年4月1日~58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38年4月1日~48年3月31日
C 乳がん視触診と乳房X線1方向撮影	①9時 ②10時30分 ③13時 ④14時	25人	1900円	昭和38年3月1日以前
D 子宮がん	①9時15分 ②13時15分	20人	900円	平成5年3月31日以前
E 子宮がん・乳がん視触診	①9時15分 ②13時15分	15人	1600円	昭和48年4月1日~58年3月31日
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38年4月1日~48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	①9時 ②10時30分 ③13時 ④14時	25人	2800円	昭和38年3月1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 ※受付時間を指定します ※乳がん検診は生理前1週間~生理終了の間と、授乳中などの乳腺が張る期間は受診できません ※子宮がん検診は器具を挿入して行う細胞診です ※各項目につき4月~来年3月の間に1回の受診です ※ペースメーカーや、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による個別検診を受けてください ※22日午後は保育あり、子どもがいる方は相談してください

がんの早期発見に向けてがん検診推進事業を実施

対象者に送付した、がん検診無料クーポン券には有効期限があります。表の日程で実施する集団検診でも利用できるため、この機会を利用してください。

集団検診日程

検診日	検診種類			申込期間
	子宮	乳	大腸	
平成24年 11月	7日(水)	○	○	定員に空きがあれば申し込みできます。問い合わせください。
	16日(金)	○	○	
	17日(土)			
	20日(火)		○	
	27日(火)		○	
12月	3日(月)	○	○	10月29日~11月15日
	15日(土)		○	
	22日(土)	○	○	
平成25年 1月	12日(土)		○	12月3日~12月17日
	15日(火)	○	○	
	22日(火)		○	
	26日(土)	○	○	
	29日(火)		○	
2月	6日(水)		○	1月9日~1月23日
	16日(土)		○	
	19日(火)		○	
3月	23日(土)	○	○	2月5日~2月18日
	2日(土)	○	○	
	12日(火)	○	○	

相談の名称(相談無料)	日時(休日は除く)・相談内容	問い合わせ	
11月の相談	法律相談(弁護士)	7日・14日・21日・28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)	市民協働課☎70・5605
	夜間法律相談(弁護士)	8日・22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)	5日(月)13時~16時。相続、遺言などに関すること	
	不動産相談(専門相談員)	19日(月)13時~16時。不動産に関すること	
	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
	障害児者相談(援護施設職員)	毎週月・火・水・金曜日10時~15時。障害児者の生活全般について	障害福祉課☎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	15日(木)10時~11時30分。心の健康相談	高齢介護課☎70・5616
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		
DV専門相談(専門相談員)	2日・9日・16日・30日の各金曜日と22日(木)、13時~17時。配偶者などからの暴力について	市民協働課☎70・5605	
行政相談(行政相談員)	12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)	12日(月)13時~16時、311会議室。近隣トラブル、いじめ、暴力など		
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	
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	保健医療センター☎77・1133	
高齢者ヘルスアップ相談	5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		
一般相談	毎週月~金曜日8時30分~12時・13時~17時	市民協働課☎70・5605	
教育相談	毎週月~金曜日10時~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	
子どもなんでも相談	毎週月~金曜日13時30分~16時。心身に障害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	22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	企画課☎70・5635	

ビタミン・ミネラル源の果物やカルシウムと良質なたんぱく質がとれる牛乳・乳製品も、毎日、献立に組み入れましょう。