

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	10月10日(木)	13:00～13:20	25年5月生まれ 個別通知あり
	10月24日(木)		
1歳6カ月児健診	10月3日(木)	13:00～14:00	24年3月生まれ
	11月7日(木)		
2歳児歯科健診	10月10日(木)	9:00～9:30	23年10月生まれ 個別通知あり 歯ブラシ持参
	11月14日(木)		
3歳6カ月児健診	10月17日(木)	13:00～14:00	22年3月生まれ
	11月21日(木)		
1歳児歯科育児相談	10月4日(金)	9:30～9:50	24年9月生まれ 歯ブラシ持参
	11月1日(金)		
子ども健康相談	10月1日(火)	9:30～11:00	育児相談を希望の方 予約制
	10月16日(水)		

■胃がん・大腸がん・肺がん検診

11月16日(土)・19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。☎10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～翌年3月の間に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 ※受付時間は同センターで割り振って通知				

*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も実施します

■高齢者の肺炎球菌予防接種費用を一部助成

▶対象 市内在住で①接種日に満74歳以上の方②接種日に満65歳以上74歳未満で呼吸器疾患、心疾患、腎疾患などで医師が接種を必要と認めた方▶☎ 委託医療機関(表のとおり)。座間・海老名・大和市の一部医療機関でも接種可)、公共施設にある申し込み専用はがきに記入し、保健医療センターへ郵送(来年3月24日必着)か直接(来年3月31日まで)▶☎ 5000円〔生活保護世帯と市民税非課税世帯の方は無料。申し込み専用はがき下欄の「肺炎球菌予防接種費用免除申請書」に記入し、申し込み〕▶申し込み後 審査後、予防接種券、予診票、費用免除承認書(該当する方のみ)を送付します。委託医療機関で予約し、送付された書類と保険証、健康手帳(持っている方)を持参して、来年3月31日(休診日を除く)までに接種を受けてください▶注意

肺炎球菌予防接種は、5年以上経たないと再接種(2回目の接種)はできません(初回接種よりも注射部位の痛み、腫れなどの副反応が強く出ることがあるため)。接種する時期はかかりつけ医と相談してください

医療機関名(順不同)	電話番号
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
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
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

■高齢者のインフルエンザ予防接種

▶期間 10月1日～12月31日▶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、費用を還付(上限あり)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)▶☎ 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	○

10月の相談	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
	予約制	法律相談(弁護士)	2日・9日・16日・23日・30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)
夜間法律相談(弁護士)		10日・24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)		7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)		21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		3日(木)10時～11時30分。心の健康相談	
聴覚相談		3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	
一般相談	DV専門相談(専門相談員)	4日・11日・18日・25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)	15日(火)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)	15日(火)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	
	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	7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
	子どもなんでも相談	毎週月～金曜日13時30分～16時。心身に障がいのある乳幼児について	もみの木園 ☎76・6770

食欲の秋です。青魚やイモ類、キノコ、フルーツとさまざまなものが旬を迎えます。季節感あふれるバランスの良い食事で秋を楽しみましょう。