

瀬谷区キャラクター
せやまる

福祉保健センターからの お知らせ

平成18年4月～平成18年9月

保存版

<編集・発行>
瀬谷区役所福祉保健センター福祉保健課
〒246-0021 瀬谷区二ツ橋町190
TEL367-5702 FAX365-5718

横浜市瀬谷福祉保健センター 〒246-0021 横浜市瀬谷区二ツ橋町190 (瀬谷区総合庁舎2・3階)

18年度予算の執行を伴う事業などについては、市会の予算議決後に確定します。

予防接種

受付時間 午後1:15～2:30 健康づくり係 ☎367-5744 FAX365-5718

☆予防接種を受けに行く前に必ず「予防接種のしおり」をお読みください。

【持ち物】母子健康手帳

BCG		【対象】生後6か月未満 (なるべく生後3か月から受けましょう)				
月		5月	6月	7月	8月	9月
日		17日(水)	7日(水)	5日(水)	2日(水)	6日(水)

ポリオ生ワクチン		【対象】生後3か月から7歳6か月未満 (なるべく生後3か月から1歳6か月の間に受けましょう)					
実施日		4月5日(水)	4月7日(金)	4月19日(水)	4月21日(金)	4月26日(水)	4月28日(金)
対象地区		三ツ境・二ツ橋町・中央・東野・東野台	阿久和東・阿久和西・阿久和南・竹村町	瀬谷・瀬谷町・下瀬谷	相沢・橋戸・目黒町・南台・中屋敷	本郷・五貫目町・南瀬谷・御本町	宮沢・上瀬谷町・北町・北新・その他の地域

*混雑を避けるため、できるだけ指定された日に接種をお受けください。都合の悪い場合は他の接種日でも受けられます。

乳幼児健康診査

こども家庭支援担当 ☎367-5748 FAX364-2346

健康日の2週間前までに個別に通知書をお送りしています。指定日に都合の悪い方は、下記の日程をご参照のうえ、なるべく次回または次々回までに受診してください。

【持ち物】母子健康手帳、歯ブラシ(1歳6か月児、3歳児)

健康診査	水曜日 【受付時間】 午前8:50～9:20	生まれた月/日										【内容】計測、診察、生活・栄養・歯科保健指導、母性・家族計画相談					
		平成17年11月	12月	平成18年1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月		9月				
4か月児健康診査		1～15日	3月15日	4月19日	5月24日	6月21日	7月19日	8月16日	9月20日	16～31日	4月5日	5月10日	6月7日	7月5日	8月2日	9月6日	次回にお知らせ
1歳6か月児健康診査	木曜日 【受付時間】 午前8:50～9:20	1～15日	3月16日	4月20日	5月18日	6月15日	7月20日	8月17日	9月21日	16～31日	4月6日	5月11日	6月1日	7月6日	8月3日	9月7日	次回にお知らせ
3歳児健康診査	木曜日 【受付時間】 午後1:05～1:30	1～15日	3月23日	4月27日	5月25日	6月22日	7月27日	8月24日	9月28日	16～31日	4月13日	5月11日	6月8日	7月13日	8月10日	9月14日	次回にお知らせ

※3歳児健康診査については、4月1日生まれの方は4月13日に受診をお願いします。

●無料育児相談：生後12か月(13か月未満)までの月齢のお子さんは、「医療機関乳幼児健康診査」を実施している市内指定医療機関で健康診査が受けられます。母子健康手帳別冊をご覧ください。

親と子の健康

こども家庭支援担当 ☎367-5748 FAX364-2346

母親(両親)教室

初産の方を対象に正しい知識を習得し心配を解消するための教室です。5回で1コース、5回目は両親教室です。なるべく夫婦でご参加ください。

*参加は安定期(20～27週)をおすすめします。予約は必要ありません。

【時間】午後2:00～4:00(4回目は1:30～4:00)

【場所】母子相談室(区役所3階)

【持ち物】母子健康手帳、筆記用具、テキスト「子育てガイドブック」

*2回目運動しやすい服装、5回目エプロンを用意してください。

回数	1	2	3	4	5 両親教室
内容	先輩ママからのアドバイス・情報交換	妊娠中の食生活・住まいの衛生・体操	お産の迎え方・呼吸法と産後の過ごし方	歯の健康・母乳育児について	パトナと考える子育て・お風呂実習
4月コース	4日(火)	11日(火)	18日(火)	24日(月)	25日(火)
5月コース	2日(火)	9日(火)	16日(火)	22日(月)	未定
6月コース	6日(火)	13日(火)	20日(火)	26日(月)	未定
7月コース	4日(火)	10日(月)	11日(火)	18日(火)	未定
9月コース	5日(火)	11日(月)	12日(火)	19日(火)	未定

※日程が未定のコースについては、毎月の「広報よこはま瀬谷版」でご確認ください。

妊産婦健康相談・妊産婦歯科健診

《健康相談》助産師が妊娠・出産、産後の生活等の相談を受けています。

《歯科健診》歯科健診とブラッシング指導を行います。

【日時】原則第1月曜日午前9:00～10:30、原則第3月曜日午後1:00～2:30

*祝日のときは日程が変更になります。

【持ち物】母子健康手帳・歯ブラシ

母子健康手帳交付

【対象】瀬谷区在住者 *土曜開庁日(午前9:00～正午)も交付しています。

母乳相談(予約制)

●問合せ ☎367-5760

母乳が足りているか、乳首に吸いつかない・しこりができた・断乳したいなどの相談を受けています。

【持ち物】母子健康手帳・タオル1枚

離乳食教室(予約制)

●問合せ ☎367-5746 健康づくり係

主に生後6～8か月児の養育者を対象に、離乳食の作り方を通して、食生活全般についてお話しています。

乳幼児歯科相談(予約制)

歯科健診・歯科相談・歯磨きなどのアドバイスを行います。

【対象】乳幼児(0歳～就学前) 【持ち物】母子健康手帳・歯ブラシ

(午前の部)9:30～11:00	5月12日(金)	7月7日(金)	9月22日(金)
(午後の部)1:30～3:00	4月12日(水)	6月14日(水)	8月9日(水)

乳幼児食生活健康相談(予約制)

●問合せ ☎367-5746 健康づくり係

お子さんの食生活について相談を受けています。

子ども・子育ての相談

こども家庭支援担当 ☎367-5748 FAX364-2346

子育てグループ

赤ちゃん教室 0歳(第1子)のお子さんと養育者を対象に町内会館等で教室を開いています。

幼児グループ 未就園までのお子さんと養育者が集まり、仲間づくりや親子遊び等の自主活動を行っています。

ふたごの会 ふたごの赤ちゃんを持つ養育者や妊婦さんを対象に、交流会を開催しています。

地域子育て相談

「子育て支援者」が子育てや仲間づくりをお手伝いします。

【時間】午前10:00～正午

開催場所	開催日
南瀬谷小コミュニティスクール	月曜日
瀬谷センター	火曜日
中屋敷地区センター	金曜日
阿久和地区センター	金曜日
まこと幼稚園ほっとスペース	火曜日 (午後1:00～3:00)

保育園開放

平日は園庭、土曜日は園庭・保育室を開放します。親子で保育園に遊びに来ませんか。

開催日	時間	開催場所
平日		区内全市立保育園
第1土曜日	午前10:00～正午	下瀬谷保育園、二ツ橋保育園
第2土曜日		阿久和保育園、細谷戸保育園
第3土曜日		中屋敷保育園、宮沢保育園
第4土曜日		瀬谷第二保育園

大人の健康

健康づくり係 ☎367-5744 FAX365-5718

健康相談検査	種別	実施日	受付時間	備考	
健康相談検査	検便(細菌)検査(有料)	火曜日	午前9:00~11:00	水曜または木曜が祝日の週は実施しません。検査内容によって金額が変わります。詳しくはお問い合わせください。	
	びょう虫卵・寄生虫卵等の検査(有料)				
	B型・C型肝炎ウイルス検査(予約制・有料)	第2・4火曜日	午前10:00~10:30		B型1,800円、C型2,520円、B型とC型3,080円
	禁煙相談(予約制・無料) ☎367-5745	原則第2・4金曜日	①午前9:00~②午前11:00~ 予約時に指定		医師・保健師が一人一人に合った禁煙をお手伝いします。
	食生活健康相談(予約制・無料) ☎367-5746	第1日曜日・第3木曜日	予約時に指定		糖尿病・高血圧・肥満・貧血等の食事指導

住民健診(基本健康診査)

※職場の健診など他に受診機会のない方が対象です。生活習慣病の早期発見と予防を目的としていますので、生活習慣病で治療中の方は対象となりません。なお、診断書の発行はしていません。

対象者	料金	健診場所	受診方法	検査項目
40歳~64歳	1,200円	区役所会場 地域会場	年1回 予約不要	尿検査、血圧測定、血液検査、医師が必要と認めた場合は心電図、眼底検査。希望者はB型・C型肝炎のウイルス検査、前立腺がん検査。
65歳~69歳	1,200円	指定医療機関	年1回 事前に医療機関へお問い合わせください。	
70歳以上	無料	指定医療機関		

●区役所会場 【受付時間】午後1:30~2:30

4月10日(月)	5月8日(月)	6月5日(月)	7月3日(月)	※7月26日(水)
8月7日(月)	9月4日(月)			

※受付時間は午前10:00~11:00です。

●地域会場 【受付時間】午後1:30~2:30

5月31日(水)	9月27日(水)
瀬谷センター	中屋敷地区センター

※地域会場が変更になりました。下半期(10月~3月)には下瀬谷地域ケアプラザ、区民交流サロン・せや(仮称)、阿久和地区センターを予定しています。

●指定医療機関 基本健康診査実施医療機関(下記の一覧表参照)

●B型・C型肝炎のウイルス検査、前立腺がん検査ができます。(希望者)

種別	対象者	料金
B型・C型肝炎のウイルス検査	・満40・45・55・60・65・70歳の方 ・大きな手術などを受けたことのある方 ・妊娠・分娩時に多量出血したことのある方	800円 下記の指定医療機関の場合 1,200円
前立腺がん検査(採血し、前立腺特異抗原(PSA)を測定します)	50歳以上の男性の方	1,000円

下記の方は検査料が無料になります。

生活保護世帯、市県民税が非課税または均等割のみ課税世帯の方、65~69歳で老人医療受給者証の交付を受けている方は、無料になりますが、福祉保健センターが発行する「負担免除対象者確認書」が必要です。事前に福祉保健センターで申請を行ってください。

がん検診(予約制)

健康づくり係 ☎367-5744 FAX365-5718

・70歳以上の方は無料になりますので、年齢の確認できるものをお持ちください。

・生活保護世帯、市県民税が非課税または均等割のみ課税世帯の方、65~69歳で老人医療受給者証の交付を受けている方は、無料になりますが、福祉保健センターで発行する「負担免除対象者確認書」が必要です。事前に福祉保健センターで申請を行ってください。

区役所会場の検診日程

年1回、予約制です。検診日の1か月前から電話で受付します。

項目	検診日	受付時間	対象者	定員	検診料
胃がん	4月13日(木) 4月28日(金)	午前 9:00 9:30	40歳以上の方	40人	1,570円
	5月17日(水) 5月25日(木)				
肺がん	4月20日(木) 5月18日(木)	午後 1:15 1:45	40歳以上の方	60人	X線撮影 680円 X線撮影とかくたん検査 1,350円
	6月20日(火) 7月20日(木)				
	7月10日(月) 7月24日(月)				
	8月9日(水) 9月8日(金)				
	9月27日(水)				

注意事項

(検査を受ける前にお読みください)

項目	注意事項	検診内容
胃がん	①胃の中をからにして撮影しますので、前日の夜8時以降は食べ物・飲み物・薬・タバコなど一切口にしないでください。 ②治療中の方、投薬を受けている方は、主治医に相談のうえ検診をお受けください。 ③胃を切除した方は、あらかじめご相談ください。	バリウムによる胃部エックス線間接撮影(検診車で実施)
肺がん	①磁気治療器は身につけないでください。 ②かくたん検査は希望する方のみ行います。検査料とは別に、検査容器を郵送する切手代140円がかかります。	胸部エックス線間接撮影(正面及び側面の2枚撮影)かくたん検査

医療機関で受診できるがん検診

※横浜市がん検診実施医療機関で受診してください。瀬谷区内のがん検診実施医療機関は下記の一覧表参照。

項目	対象者	受診方法	検診料
胃がん	40歳以上の方	1年に1回	3,140円
大腸がん	40歳以上の方	1年に1回	600円
子宮がん	20歳以上の女性	2年に1回	頸部1,360円 頸部+体部2,620円 *体部は医師が必要と認めた方のみ
乳がん	40歳以上の女性	2年に1回	1,370円(視触診690円 マンモグラフィ680円)

横浜市民市民病院がん検診センター

胃・子宮・乳・肺・大腸がん検診の他に、喉頭・前立腺・肝臓・胆のう・膵臓・卵巣・大腸(X線)・肺(ヘリカルCT)の検診を予約制で行っています。

【申込・問合せ】
横浜市民市民病院がん検診センター ☎333-1581

【横浜市基本健康診査・がん検診実施医療機関(瀬谷区)】

*受付の方法などは医療機関によって異なりますので、あらかじめ各医療機関にお問い合わせください。

*「○」は乳がん検診のマンモグラフィ実施医療機関です。

医療機関名	所在地	電話番号	基本健康診査				がん検診			
			40~64歳	65歳以上	心電図	眼底検査	胃	子宮	乳	大腸
薄井医院	相沢7-37-2	301-1600	○	○	○					
江原医院	相沢7-59-1	301-1218	○	○	○	○		○	○	
かやま内科クリニック	阿久和西3-1-13	360-7700	○	○	○	○			○	
山崎医院	阿久和東2-1-3	361-0657	○	○	○					
三島堂医院	阿久和東4-27-16	391-0048	○	○	○					
横浜相原病院	阿久和南2-3-12	362-7111	○	○	○					
輝の杜クリニック	五貫目10-38 2階	920-0761	○	○	○				○	
横浜桐蔭会病院	瀬谷1-29-1	303-1151	○	○	○	○		○	○	
渡辺医院	瀬谷3-7-3	301-0664	○	○						
中野医院	瀬谷4-11-5	301-0162	○	○	○					
福田医院	瀬谷4-12-21	302-5711	○	○	○	○		○	○	
安産産婦人科医院	瀬谷4-24-4	301-0539	○	○	○			○	○	
横浜聖生病院	瀬谷4-30-30	302-5001	○	○	○			○	○	
田川クリニック	瀬谷4-43-1	304-1194	○	○	○	○			○	
天野内科胃腸科外科医院	瀬谷5-14-3	301-0322	○	○	○	○		○	○	
戸塚内科小児科医院	瀬谷5-14-10	301-0171	○	○	○					
せやクリニック	中央1-6	301-2528	○	○	○	○		○	○	
くま内科医院	中央2-30	300-4120	○	○	○					
かなた内科クリニック	中央6-20	300-3039	○	○	○					

医療機関名	所在地	電話番号	基本健康診査				がん検診			
			40~64歳	65歳以上	心電図	眼底検査	胃	子宮	乳	大腸
稲葉内科クリニック	中央19-5	303-5616	○	○	○	○			○	
まいえ内科	橋戸2-31-3	301-8561	○	○	○				○	
医療法人社団 聖心山 山形内科	橋戸3-24-5	303-8888		○						
吉岡整形外科・外科診療所	橋戸3-63-1	302-9181	○	○	○	○				
堀病院	三ツ境292	391-2566						○		
二ツ橋医院	二ツ橋446	391-0234		○	○					
本郷クリニック	本郷3-20-2	304-2017	○	○	○	○		○	○	
木我内科クリニック	三ツ境1-9	363-0655	○	○	○					
三ツ境クリニック	三ツ境2-1	360-3558	○	○	○	○		○	○	
三ツ境クリニック	三ツ境7-1	363-9597	○	○	○	○		○	○	
田村医院	三ツ境16-5	391-0025	○	○	○	○		○	○	
三ツ境病院	三ツ境23-8	391-0006	○	○	○			○	○	
北井クリニック	三ツ境98-1	362-8181	○	○	○	○		○	○	
五十嵐外科胃腸科医院	三ツ境110-2	362-5668	○	○	○			○	○	
河田医院	宮前谷1-2-8	301-2751	○	○	○	○		○	○	
及川胃腸科内科クリニック	南台1-30-11	302-8012	○	○	○	○		○	○	
かとうクリニック	南台2-8-9	303-9955	○	○	○					
南台診療所	宮沢1-34-13	301-5020	○	○	○					

*心電図・眼底検査等の選択検査項目は、医師の判断により必要な方に同一医療機関で実施します。ご不明な点は健康づくり係、もしくは衛生局(平成18年4月から健康福祉局)保健政策課(☎671-2453)にお問い合わせください。

乳幼児健康診査・予防接種・住民健診の実施日は、駐車場が大変混雑します。公共交通機関をご利用ください。

福祉と保健の総合相談

福祉保健相談係 ☎367-5731 FAX364-2346

ケースワーカーや保健師等が高齢者の介護や生活相談、障害・保育等福祉保健全般のご相談に応じています。介護保険の申請、自立支援法に関する申請、保育所、障害者手帳、児童手当等のサービスの利用申請の受付をします。

■地域ケアプラザのご案内

地域ケアプラザでも、高齢者の福祉保健の総合的相談や情報提供を行っています。福祉保健サービスや、介護保険の申請、訪問、ボランティア相談、子育て支援事業、多目的研修室の貸し出しなどを行っています。
*4月から地域ケアプラザに地域包括支援センターが設置されます。

阿久和地域ケアプラザ	☎365-9892	FAX365-9894
下瀬谷地域ケアプラザ	☎304-1271	FAX304-1259
中屋敷地域ケアプラザ	☎303-8699	FAX303-8111
三ツ橋地域ケアプラザ	☎361-9807	FAX361-9868

子ども・女性の相談

こども家庭支援担当 ☎367-5747・5760 FAX364-2346

女性の福祉相談 ☎367-5760

女性の福祉に関わるさまざまな問題に対して相談に応じています。
【受付時間】午前9:30～正午 午後1:00～4:30

女性の健康相談(予約制) ☎367-5760

思春期や更年期に起こりやすい不快な症状、月経や性に関する相談、また不妊や家族計画などの相談を受けています。

子ども・家庭支援相談 ☎367-5747

乳幼児から学童・思春期までの子どもと養育者を対象に、「子育ての不安」「いじめ・不登校」「子どもや家庭に関する問題」について保育士・教育相談員・学校カウンセラー・保健師が相談を受けています。
*正午～午後1:00は受け付けていない場合もあります。

■福祉保健センター以外の電話相談

相談	内容	日時	問合せ
横浜市思春期電話相談	思春期のからだや性の悩みについて専門スタッフが電話でアドバイスします。	土曜日 午後1:00～4:00	☎474-6644

障害者の生活支援・こころの健康相談

障害者支援担当 ☎367-5755・5715 FAX364-2346

精神保健福祉相談(予約制)

①病気がどうか、病院へのかかり方がわからないとき②不眠・不安・アルコール依存などのこころの病気で悩んでいるとき③精神科の医療費に困っているとき④その他いろいろな問題についてご相談に応じます。

専門医による相談(予約制) 月4回

こころの病気やアルコール問題、ひきこもりなどについて、精神科専門医がご相談に応じます。

生活教室「つくしの会」

【日時】金曜日 午前9:30～11:30
こころの病気を持つ方が集まり、生活リズムを身につけ、友達づくりや社会参加を目指してスポーツ・料理・レクリエーションなどを行っています。

家族会「あじさいの会」

【日時】第3火曜日 午後1:30～4:00
こころの病気を持つ方の家族が集まり、学習会や話し合いを通して病気の理解を深め、回復への道をとともに考えていきます。生活技能訓練(SST教室)も行っています。

アルコール教室「ボブの会」

【日時】第3金曜日 午後2:00～4:00
アルコール依存症の方や家族のための集まりです。話し合いを持ち、病気に対する理解を深めていきます。

難病交流会「亀の会」

【日時】第4水曜日(8月はありせん) 午後1:30～3:00
パーキンソン病・脊髄小脳変性症などの難病の方や家族の集まりです。情報交換をしながら交流を深めています。

リハビリ教室 高齢者支援担当 ☎367-5716 FAX364-2346

障害を持っていても普通の生活を送りたい、言語以外のいろいろなコミュニケーション手段を学んでみたい方のための集まりです。
対象者は、瀬谷区にお住まいで、①40歳～64歳の方②脳卒中等の後遺症で身体や言葉に障害のある方③瀬谷区役所まで来られる方(家族等の付き添いも可)

種類	日程	時間	場所	種類
生活リハビリ教室	月2回	午後1:30～3:00(受付1:00～1:30)	区役所3階	理学療法士の助言を受けながら外出実習・スポーツ体験・講演会・食事療法・口腔衛生ケアを行います。
言語訓練教室	月1回	午後1:30～3:00(受付1:00～1:30)	区役所3階	言語聴覚士と一緒にゲーム感覚でいろいろなコミュニケーション手段を体験します。また、個別相談も行います。

認知症(痴呆症)高齢者の相談

高齢者支援担当 ☎367-5716・障害者支援担当 ☎367-5755 FAX364-2346

瀬谷区認知症高齢者はいかいネットワーク事業

瀬谷区に住む認知症高齢者がはいかいしたときに、いち早く見つけて保護できるように、地域ぐるみの発見協力・見守り体制づくりを行います。はいかいが心配される高齢者の登録を行います。

認知症高齢者を抱える家族の会 わらへの会

【日時】原則第2月曜日(祝日除く) 午後1:30～3:30
認知症高齢者を介護している家族が集まり、体験を語り合い、情報交換していく場です。

専門医による相談(予約制) 月1回

認知症の症状を持った高齢者に関して専門医がご相談に応じます。

認知症高齢者緊急対応事業

急激な精神症状の悪化、または介護者の急病などにより在宅生活が困難となった場合、ご相談に応じます。

高齢者の訪問理容・美容・クリーニングサービス

瀬谷区訪問理容・美容サービス案内 理容師・美容師がご自宅へ訪問します。

瀬谷区にお住まいで、高齢や障害のため外出が困難な在宅の方に対する理容・美容サービスです。

①	【対象者】 おおむね65歳以上で、要介護4または5に認定された外出困難な方 【料金】 1回2,000円 【申込】 横浜市生活衛生協議会 ☎・FAX222-0688
②	【対象者】 おおむね65歳以上で、要支援または要介護1～3の方などのうち、特に必要と認められる方 【料金】 1回2,000円 【相談先】 区役所高齢者支援担当 ☎367-5716
③	【対象者】 障害などのため理容所・美容所に向くことが困難な上記以外の方(65歳未満など) 【料金】 1回3,000円 【申込】 瀬谷区生活衛生協議会 ☎364-1964(理容組合 白川)または☎302-2694(美容組合 二瓶) *詳細はそれぞれの申込先にご確認ください

*いずれもカットのみで、ご家族などの付き添いが必要です。タオル・お湯などをご用意ください。①②は横浜市事業、③は瀬谷区生活衛生協議会のボランティア事業です。

高齢者世帯クリーニングサービス案内

瀬谷区生活衛生協議会では、高齢者世帯を対象に、家庭で洗濯することが困難な大型の洗濯物を廉価な値段で洗濯し、配達するサービスを行っています。

【利用できる方】 おおむね65歳以上の方のみの世帯
【対象品・料金】 シーツ・ふとんカバー350円、ねまき・タオルケット450円、毛布(サイズによって異なります)450円～800円
【申込・問い合わせ】 区役所環境衛生係 ☎367-5752
*2回目以降は訪問したクリーニング店に直接申込できます。
*瀬谷区生活衛生協議会の独自事業で、会員のクリーニング店が訪問します。

安全で快適なくらしのために

食品衛生係 ☎367-5751 FAX365-5718

■食品衛生について

食品についての疑問、苦情、相談がありましたらご連絡ください。食品を取り扱う営業を始める方、あるいは食品営業施設の改装を予定している方は事前にご相談ください。

■細菌性食中毒に注意しましょう

夏場には多くの細菌性食中毒が発生します。食べ物に食中毒菌がつくとその中で増えます。食中毒菌は食べ物の味や臭いを変えないため、気付くことなくそういった食品を食べると食中毒になります。主な症状は腹痛や下痢で、発熱や嘔吐を伴うこともあります。体力がおちているときや、高齢者、乳幼児は少量の菌でも症状が出る場合があります。

- ①食品に食中毒菌をつけない(清潔) 調理や食事の前にはよく手を洗いましょう。調理器具などは、洗浄消毒し、二次汚染させないように取り扱しましょう。
- ②食品中で食中毒菌を増やさない(冷蔵・迅速) 保存温度に注意しましょう。長時間室温で置くことは避けましょう。調理済みの食品は早く食べましょう。
- ③食中毒菌をやっつける(殺菌) 焼く・揚げるなどの加熱は中心まで十分に行いましょう。ふきんやまな板は、殺菌しよく乾燥させましょう。

■犬や猫を飼っている皆様へ

一犬を飼っている方へ

- 生後91日を過ぎたら登録をし、毎年度1回の狂犬病予防注射を受けましょう。
- 狂犬病予防注射の会場日程は広報よこはま瀬谷区版3月号に掲載されています。会場で受けられないときは、動物病院で注射(料金は病院の定める額)をし、注射済証と手数料(すでに登録してある犬550円、初めて登録する犬3,550円)を持参のうえ手続きをしてください。
- 交付された鑑札、注射済証は首輪につけ、門票を玄関などに貼りましょう。
- 散歩のときはリードをつけてください。公園など公共の場所でも放すことはできません。
- 糞は飼い主の責任で必ず持ち帰って始末してください。
- 飼い犬が人を咬んだら福祉保健センターへ届けてください。

一猫を飼っている方へ

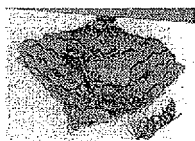
- 飼い猫はできるだけ室内飼育に努めましょう。
- 猫が自宅で排便するよう、しつけましょう。
- 猫には飼い主の名前、電話番号等を書いた首輪や名札をつけましょう。
- *犬も猫も飼育できる頭数には限りがあります。繁殖を望まない場合は不妊去勢手術をしましょう。
- *どうしても飼えなくなった場合は福祉保健センターへご相談ください。

住まいの衛生

環境衛生係 ☎367-5752 FAX365-5718



←スズメバチの巣
球形で縦模様が有り、巣穴は1つ。駆除は危険を伴う。



←アシナガバチの巣
ハスの実の形に似て巣穴がたくさん見える。比較的簡単に駆除ができる。

■スズメバチにご用心! 巣は早期発見、早期駆除

スズメバチは、5月ごろ女王バチ1匹で巣作りを始めます。7月ごろまでは巣が小さいので、少ない費用で駆除することができます。駆除業者の紹介などをしますのでご相談ください。
アシナガバチについては、駆除方法の説明や駆除器具の無料貸出などを行っています。

HIV(エイズ)の検査

■福祉保健センターで実施している検査

検査	実施日	受付時間	備考	問合せ
HIV(エイズ)検査・相談(予約制・無料)	火曜日	午前10:30~11:00	血液検査・相談(匿名で検査できます)	健康づくり係 ☎367-5744

■HIV(エイズ)・クラミジア(性感染症)等の土曜・夜間の検査

*検査は無料・匿名で実施しています

※祝日、年末年始は検査は行いません

施設名	営業日	営業時間	電話番号 住所
結核予防会 中央健康相談所(予約制)	土曜日	(通常の検査)午後2:00~6:00 (即日検査)午後2:00~5:00	予約受付:横浜市コールセンター ☎664-2525(午前8:00~午後9:00 年中無休) 南区中村3-191-7
横浜AIDS市民活動センター(予約不要)	火曜日	午後6:00~7:30	☎201-8830 中区尾上町3-39 尾上町ビル9階

■HIV(エイズ)に関する情報の提供

施設名	営業日	営業時間	電話番号 住所
横浜AIDS市民活動センター	火曜日を除く毎日	(平日)午後1:00~8:00 (土・日・祝)午前10:00~午後5:00	☎650-5421 FAX650-5422 中区尾上町3-39 尾上町ビル9階
横浜AIDSテレフォンサービス(テープ案内)	毎日	基礎知識編:☎671-4000 相談・検査編:☎671-4001 サポート編:☎671-4002	
HIV検査・相談マップ(ホームページ)	http://www.hivkensa.com/ iモード対応http://hivkensa.com/i/		

お知らせ

■休日・夜間の急病の時には

施設名	診療科目	営業日	営業時間(ほか)	電話番号 住所
瀬谷区休日急患診療所	内科・小児科	日曜・祝日・年末年始	(受付)午前9:30~午後4:00 (診療)午前10:00~午後4:00	☎302-5115 瀬谷区橋戸1-36-1
横浜市南西部夜間急病センター	内科・小児科	毎夜間	午後8:00~午前0:00	☎806-0921 泉区中田北1-9-8
横浜市歯科保健医療センター	歯科	毎夜間	午後7:00~午後11:00	☎201-7737 中区相生町6-107
横浜市救急医療情報センター	365日24時間体制で適切な救急医療の情報提供を行っています。		日曜・祝日・年末年始 午前10:00~午後4:00	☎201-1199

横浜市救急医療センターの診療時間変更について

4月1日から、横浜市救急医療センター(桜木町夜間急病センター:住所 中区桜木町1-1 ☎212-3535)の診療時間を変更します。内科・小児科の深夜帯診療(午前0時~翌6時)をとりやめ、これに変わり市内8病院で午前0時以降の内科・小児科の診療を行います。詳しいご案内等は、横浜市救急医療情報センター(☎201-1199)でお受けしていますのでご利用ください。

横浜市救急医療センターの診療時間

診療科	平成18年3月31日まで	平成18年4月1日から
内科 小児科	午後8時~翌午前6時	午後8時~午前0時 午前0時以降は、市内方面別の病院による診療

*耳鼻科・眼科の診療時間の変更はありません。(午後8時~午前0時)

平成18年度 午前0時以降の内科・小児科の診療を行う基幹病院一覧

所在区	病院名	問合せ
保土ヶ谷区	市立市民病院	☎331-1961
中区	市立みなと赤十字病院	☎628-6100
港北区	横浜労災病院	☎474-8111
港南区	済生会横浜市南部病院	☎832-1111
都筑区	昭和大学横浜市北部病院	☎949-7000
戸塚区	国立病院機構横浜医療センター	☎851-2621
金沢区	横浜南共済病院	☎782-2101
泉区	国際親善総合病院	☎813-0221

かかりつけ医をお探しの方に・・・

かかりつけ医をお探しの方に、地域医療連携センター(横浜市医師会)で病院や診療所の紹介をしています。また、ご希望により診療所や病院の情報と地図をFAXでお送りします。(インターネットでも検索ができます。)
☎201-8712 FAX201-8768
時間:月曜日~金曜日(祝日除く)午前9:00~正午 午後1:00~5:00
インターネットhttp://www.yokohama.kanagawa.med.or.jp/

■福祉保健センターで取り扱いできない業務

業務内容	施設名	問合せ
路上や空き地の犬猫の死体処理・ペットの合同火葬	資源循環局瀬谷事務所	☎364-0561
粗大ごみ	粗大ごみ受付センター	☎0570-045270
し尿・くみ取り	資源循環局北部事務所	☎953-0941
浄化槽	資源循環局業務課浄化設備係	☎671-2547
下水・道路	瀬谷土木事務所	☎364-1105
海外渡航のための予防接種	日本検疫衛生協会横浜診療所	☎671-7041
社会保険・厚生年金	横浜西社会保険事務所	☎820-6655
子どもがタバコや洗剤などを飲み込んだとき	神奈川県医師会中毒情報相談室	☎262-4199



- ◆瀬谷区のホームページ(健診日程・各種窓口案内を掲載)
http://www.city.yokohama.jp/me/seya/
- ◆よこはま子育て情報局(横浜市のホームページ)
http://www.city.yokohama.jp/me/kosodate/



福祉保健センターからのお知らせ

平成18年10月～平成19年3月

<編集・発行> 瀬谷区役所福祉保健センター福祉保健課
〒246-0021 瀬谷区二ツ橋町190 ☎367-5702 図365-5718

横浜市瀬谷福祉保健センター 〒246-0021 横浜市瀬谷区二ツ橋町190 (瀬谷区総合庁舎2・3階)

予防接種 健康づくり係 ☎367-5744 FAX365-5718

☆予防接種を受けに行く前に必ず「予防接種のしおり」をお読みください。【受付時間】午後1:15～2:30【持ち物】母子健康手帳

BCG 【対象】 生後3か月から6か月未満 (生後3か月未満で受けた場合はご相談ください。)

月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
日	4日(水)	15日(水)	6日(水)	17日(水)	7日(水)	30日(金)

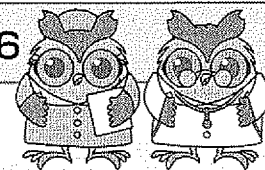
ポリオ生ワクチン 【対象】 生後3か月から7歳6か月未満 (なるべく生後3か月から1歳6か月の間に受けましょう)

実施日	10/11(水)	10/13(金)	10/18(水)	10/20(金)	10/25(水)	10/27(金)	11/1(水)
対象地区	阿久和東・阿久和西・中央	瀬谷・瀬谷町・北町・北新・竹村町・目黒町	橋戸・相沢東野・東野台	本郷・五貫目町・御本町	二ツ橋町・三ツ境・中屋敷	宮沢・下瀬谷	南瀬谷・南台・阿久和南・上瀬谷町・その他の地域

*混雑を避けるため、できるだけ指定された日に接種をお受けください。都合の悪い場合は他の接種日でも受けられます。

乳幼児健康診査 こども家庭支援担当 ☎367-5760 FAX364-2346

健診日の2週間前までに個別に通知書をお送りしています。指定日に都合の悪い方は、下記の日程をご参照のうえ、なるべく次回または次々回までに受診してください。【持ち物】母子健康手帳、歯ブラシ(1歳6か月児、3歳児)、尿(3歳児)



4か月児健康診査	水曜日 【受付時間】 午前8:50～9:20	生まれた月/日 1～15日 16～31日	平成18年5月 9月20日 10月4日	6月 10月18日 11月1日	7月 11月15日 12月6日	8月 12月20日 1月10日	9月 1月24日 2月7日	10月 2月21日 3月7日	11月 3月28日 次回にお知らせ	【内容】計測、診察、 歯科相談、育児相談、 栄養相談
1歳6か月児健康診査	木曜日 【受付時間】 午前8:50～9:20	生まれた月/日 1～15日 16～31日	平成17年3月 9月21日 10月5日	4月 10月19日 11月2日	5月 11月16日 12月7日	6月 12月21日 1月11日	7月 1月18日 2月1日	8月 2月15日 3月1日	9月 3月15日 次回にお知らせ	【内容】計測、診察、 歯科健診、相談、育 児相談、栄養相談
3歳児健康診査	木曜日 【受付時間】 午後1:05～1:30	生まれた月/日 1～15日 16～31日	平成15年9月 9月28日 10月12日	10月 10月26日 11月9日	11月 11月30日 12月14日	12月 12月28日 1月11日	平成16年1月 1月25日 2月8日	2月 2月22日 3月8日	3月 3月22日 次回にお知らせ	【内容】計測、診察、 歯科健診、相談、育 児相談、尿検査

●無料育児相談：生後12か月(13か月未満)までの月齢のお子さんは、「医療機関乳幼児健康診査」を実施している市内指定医療機関で健康診査が受けられます。母子健康手帳別冊をご覧ください。

親と子の健康 こども家庭支援担当 ☎367-5760 FAX364-2346

母親(両親)教室 初産の方を対象にした、正しい知識を習得し心配を解消するための教室です。5回で1コースです。5回目は両親教室ですので、なるべくご夫婦でご参加ください。*参加は安定期(20～27週)をおすすめします。予約は必要ありません。

【時間】午後2:00～4:00(4回目は1:30～4:00・5回目が土曜日の場合は午前9:30～11:30)
【場所】母子相談室(区役所3階)
【持ち物】母子健康手帳、筆記用具、テキスト「子育てガイドブック」
*2回目は運動しやすい服装で、5回目はエプロンを用意してください。
*2月は日程の都合上5回目を先に実施するため、4回目が最後になります。ご注意ください。

回数	1	2	3	4	5 両親教室
内容	先輩ママからのアドバイス・情報交換	妊娠中の食生活・住まいの衛生・体操	お産の迎え方・呼吸法と産後の過ごし方	歯の健康・母乳育児について	パートナーと考える子育て・お風呂実習
10月コース	3日(火)	10日(火)	17日(火)	23日(月)	28日(土)
11月コース	7日(火)	14日(火)	21日(火)	27日(月)	28日(火)
12月コース	5日(火)	12日(火)	19日(火)	25日(月)	26日(火)
2月コース	6日(火)	13日(火)	20日(火)	26日(月)	24日(土)
3月コース	6日(火)	13日(火)	20日(火)	26日(月)	27日(火)

妊産婦健康相談・妊産婦歯科健診
【健康相談】助産師が妊娠・出産、産後の生活等の相談を受けています。
【歯科健診】歯科健診とブラッシング指導を行います。
【日時】第1月曜日午前9:00～10:30、第3月曜日午後1:00～2:30
*1月は第3月曜午前・第4月曜午後実施になります。
【持ち物】母子健康手帳・歯ブラシ

母子健康手帳交付 【対象】 瀬谷区在住者 *土曜開庁日(午前9:00～正午)も交付しています。

母乳相談(予約制) ●問合せ ☎367-5778
母乳が足りているか、乳首に吸いつかない・しこりができた・断乳したいなどの相談を受けています。
【持ち物】母子健康手帳・タオル1枚

離乳食教室(予約制) ●問合せ ☎367-5746 健康づくり係
主に生後6～8か月児の養育者を対象に、離乳食の作り方を通して、食生活全般についてお話ししています。

乳幼児歯科相談(予約制)
歯科健診・歯科相談・歯磨きなどのアドバイスを行います。
【対象】 乳幼児(0歳～就学前)
【持ち物】母子健康手帳・歯ブラシ

(午前の部)9:30～11:00	11月22日(水)	1月26日(金)	3月2日(金)
(午後の部)1:30～3:00	10月6日(金)	12月1日(金)	2月14日(水)

乳幼児食生活健康相談(予約制) ●問合せ ☎367-5746 健康づくり係
お子さんの食生活について相談を受けています。

身近なところで子育て支援 こども家庭支援担当 ☎367-5778 FAX364-2346

子育てグループ 詳細はお問い合わせください。
赤ちゃん教室 0歳(第1子)のお子さんと養育者を対象に町内会館等で教室を開いています。
幼児グループ 未就園までのお子さんと養育者が集まり、仲間づくりや親子遊び等の自主活動を行っています。
ふたごの会 ふたごのお子さんと養育者や妊婦を対象に交流会を開催しています。

地域子育て相談
「子育て支援者」が子育てや仲間づくりをお手伝いします。

開催場所	開催日	時間
南瀬谷小 コミュニティスクール	月	午前10:00～正午
瀬谷センター	火	
中屋敷地区センター	金	
阿久和地区センター	金	
まこと幼稚園 ほっとスペース	火	

保育園開放
平日は園庭、土曜日は園庭・保育室を開放します。親子で保育園に遊びに来ませんか。

開催場所	平日	土曜日	電話番号
下瀬谷保育園	午前中 *各園にお問い合せください。	第1 午前10:00 第2 正午 第3 第4	301-1404
二ツ橋保育園			366-5997
阿久和保育園			362-6005
細谷戸保育園			301-1927
中屋敷保育園			301-5808
宮沢保育園			302-9495
瀬谷第二保育園			302-8122

大人の健康

健康づくり係 ☎367-5744 FAX365-5718

健康相談・検査	種別	実施日	受付時間	備考
健康相談・検査	検便(細菌)検査(有料)	火曜日	午前9:00~11:00	水曜または木曜が祝日の週は実施しません。検査内容によって金額が変わります。詳しくはお問い合わせください。 B型1,720円、C型2,360円、B型とC型2,840円
	ぎょう虫卵・寄生虫卵等の検査(有料)			
	B型・C型肝炎ウイルス検査(予約制・有料)	第2・4火曜日	午前10:00~10:30	
	禁煙相談(予約制・無料) ☎367-5745	原則第2・4金曜日	午前中 (予約時に時間を指定)	
食生活健康相談(予約制・無料) ☎367-5746	第1月曜日・第3木曜日		予約時に指定	糖尿病・高血圧・肥満・貧血等の食事指導

住民健診(基本健康診査) *職場の健診など他の受診機会のない方が対象です。生活習慣病の早期発見と予防を目的としていますので、生活習慣病で治療中の方は対象となりません。なお、診断書の発行はしていません。

対象者	料金	健診場所	受診方法	検査項目
40歳~64歳	1,200円	区役所会場、地域会場 指定医療機関*	年1回予約不要	尿検査、血圧測定、血液検査。医師が必要と認めた場合は心電図、眼底検査。
65歳~69歳	1,200円	指定医療機関*	年1回事前に医療機関へお問い合わせください。	
70歳以上	無料			

●B型・C型肝炎のウイルス検査、前立腺がん検査ができます。(希望者)

種別	対象者	料金
B型・C型肝炎のウイルス検査	満40・45・55・60・65・70歳の方 大きな手術などを受けたことのある方 妊娠・分娩時に多量出血したことのある方	800円 下記の指定医療機関の場合1,200円
前立腺がん検査(採血し、前立腺特異抗原(PSA)を測定します)	50歳以上の男性の方	1,000円

●地域会場【受付時間】午後1:30~2:30

日程	11月14日(火)	1月24日(水)	2月28日(水)
会場	下瀬谷地域ケアプラザ	区民交流サロンせやまる/ハウス	阿久和地区センター

*住民健診では胸のレントゲン検査は行っていませんので、希望する方は、肺がん検診を受けてください。

がん検診

健康づくり係 ☎367-5744 FAX365-5718

70歳以上の方は無料になりますので、年齢の確認できるものをお持ちください。

区役所会場の検診日程

項目	検診日	受付時間	対象者	定員	検診料
胃がん	10月12日(木)・10月23日(月)	午前9:00~9:30	40歳以上の方	40人	1,570円
	11月9日(木)・11月20日(月)				
	12月11日(月)・1月22日(月)				
	2月9日(金)・3月12日(月)				
肺がん	10月19日(木)・11月16日(木)	午後1:15~1:45	40歳以上の方	60人	X線検査680円 X線検査とかくたん検査1,350円
	1月16日(火)・2月15日(木)				
	3月15日(木)				

注意事項 (検査を受ける前にお読みください)

項目	注意事項	検診内容
胃がん	①胃の中をからにして撮影しますので、前日の夜8時以降は食べ物・飲み物・薬・タバコなど一切口にしないでください。 ②治療中の方、投薬を受けている方は、主治医に相談のうえ検診をお受けください。 ③胃を切除した方は、あらかじめご相談ください。	バリウムによる胃部エックス線間接撮影(検診車で実施)
肺がん	①磁気治療器は身につけないでください。 ②かくたん検査は希望する方のみ行います。検査料とは別に、検査容器を郵送する切手代140円がかかります。	胸部X線間接撮影(正面及び側面の2枚撮影)・かくたん検査

医療機関で受診できるがん検診 横浜市がん検診実施医療機関で受診してください。瀬谷区内のがん検診実施医療機関は下記の一覧表参照。

項目	対象者	受診方法	検診料
胃がん	40歳以上の方	1年に1回	3,140円(直接撮影)
大腸がん	40歳以上の方	1年に1回	600円(便検査)
子宮がん	20歳以上の女性	2年に1回	頸部1,360円 頸部+体部2,620円 *体部は医師が必要と認めた方のみ
乳がん	40歳以上の女性	2年に1回	1,370円(視触診690円 マンモグラフィ680円)

横浜市立市民病院がん検診センター

胃・子宮・乳・肺・大腸がん検診の他に、喉頭・前立腺・肝臓・胆のう・膵臓・卵巣・大腸(X線)・肺(ヘリカルCT)の検診を予約制で行っています。
【申込・問合せ】
横浜市立市民病院がん検診センター ☎333-1581

横浜市基本健康診査・がん検診実施医療機関(瀬谷区)

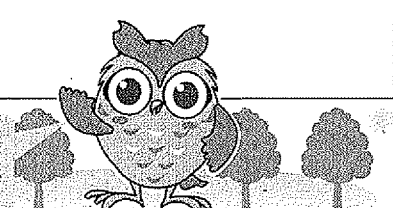
*受付の方法などは医療機関によって異なりますので、あらかじめ各医療機関にお問い合わせください。
*「◎」は乳がん検診のマンモグラフィ実施医療機関です。

医療機関名	所在地	電話番号	基本健診				がん検診			
			40~64歳	65歳以上	心電図	眼底検査	胃	子宮	乳	大腸
薄井医院	相沢7-37-2	301-1600	○	○	○					
江原医院	相沢7-59-1	301-1218	○	○	○			○	○	
かやま内科クリニック	阿久和西3-1-13	360-7700	○	○	○				○	
山崎医院	阿久和東2-13-11	361-0657	○	○	○					
三島堂医院	阿久和東4-27-16	391-0048	○	○	○					
横浜相原病院	阿久和南2-3-12	362-7111	○	○	○					
輝の杜クリニック	五貫目10-38-2階	920-0761	○	○	○			○	○	
横浜桐峰会病院	瀬谷1-29-1	303-1151	○	○	○	○		◎	○	
渡辺医院	瀬谷3-7-3	301-0664	○	○						
中野医院	瀬谷4-11-5	301-0162	○	○	○					
福田医院	瀬谷4-12-21	302-5711	○	○	○			○	○	
安達産婦人科医院	瀬谷4-24-4	301-0539	○	○	○			○	○	
横浜野生病院	瀬谷4-30-30	302-5001	○	○	○			○	○	
田川クリニック	瀬谷4-43-1	304-1194	○	○	○			○	○	
天野内科胃腸科外科医院	瀬谷5-14-3	301-0322	○	○	○			○	○	
戸塚内科小児科医院	瀬谷5-14-10	301-0171	○	○	○			○	○	
せやクリニック	中央1-6	301-2528	○	○	○			○	○	
くまい内科医院	中央2-30	300-4120	○	○	○			○	○	
かなた内科クリニック	中央6-20	300-3039	○	○	○			○	○	

医療機関名	所在地	電話番号	基本健診				がん検診			
			40~64歳	65歳以上	心電図	眼底検査	胃	子宮	乳	大腸
稲葉内科クリニック	中央19-5	303-5616	○	○	○			○	○	
まいえ内科	橋戸2-31-3	301-8561	○	○	○				○	
医療法人社団順誠会 山口整形外科	橋戸3-24-5	303-8881		○						
吉岡整形外科・外科診療所	橋戸3-63-1	302-9181	○	○	○	○				
堀病院	二ツ橋町292	391-2561						○		
二ツ橋医院	二ツ橋町446	391-0234		○	○					
本郷クリニック	本郷3-20-2	304-2017	○	○	○			○	○	
木我内科クリニック	三ツ境1-9	363-0655	○	○	○			○	○	
三ツ境イグニック整骨科	三ツ境2-1	360-3558	○	○	○			○	○	
三ツ境クリニック	三ツ境7-1	363-9597	○	○	○	○		○	○	
田村医院	三ツ境16-6	391-0025	○	○	○			○	○	
三ツ境病院	三ツ境23-8	391-0006	○	○	○			○	○	
北井クリニック	三ツ境98-1	362-8181	○	○	○	○				
五十嵐外科胃腸科医院	三ツ境110-2	362-5668	○	○	○			○	○	
河田医院	南瀬谷1-2-8	301-2751	○	○	○			○	○	
及川胃腸科内科クリニック	南台1-30-11	302-8012	○	○	○			○	○	
かとうクリニック	南台2-8-9	303-9955	○	○	○			○	○	
南台診療所	宮沢1-34-13	301-5020	○	○	○			○	○	

心電図・眼底検査等選択検査項目は、医師の判断により必要な方に同一医療機関で検査を実施します。
ご不明な点などがございましたら、次のところへお問い合わせください。
◆健康づくり係 ☎367-5744 ◆健康福祉局 保健政策課 ☎671-2453

基本健康診査とがん検診については、下記の方は検査料が無料になります。
生活保護世帯、市県民税が非課税または均等割のみ課税世帯の方、65~69歳で老人医療証の交付を受けている方は、無料になりますが、福祉保健センターが発行する「負担免除対象者確認書」が必要です。事前に福祉保健センターで申請を行ってください。





福祉と保健の総合相談

福祉保健相談係 ☎367-5731 FAX364-2346

ケースワーカーや保健師等が高齢者の介護や生活相談、障害・保育等福祉保健全般のご相談に応じています。介護保険の申請、自立支援法に関する申請、保育所、障害者手帳、児童手当等のサービスの利用申請の受付をします。

■地域ケアプラザのご案内

地域ケアプラザでも、地域の身近な相談窓口として福祉保健に関する情報提供や相談を行っています(地域包括支援センター)。また、地域の福祉保健活動の支援や場の提供、介護保険サービスとしてケアプランの作成や高齢者デイサービス等を行っています。

阿久和地域ケアプラザ	☎365-9892	FAX365-9894
下瀬谷地域ケアプラザ	☎304-1271	FAX304-1259
中屋敷地域ケアプラザ	☎303-8899	FAX303-8111
二ツ橋地域ケアプラザ	☎361-9807	FAX361-9868

子ども・女性の相談

こども家庭支援担当 ☎367-5778・5760 FAX364-2346

子ども・家庭支援相談 ●問合せ ☎367-5747

保育士・教育相談員・学校カウンセラー・保健師が乳幼児から学童・思春期までの子どもと養育者を対象として、「子育ての不安」「いじめ・不登校」「子どもや家庭に関する問題」などについてご相談をお受けします。
*正午～午後1:00は受け付けていない場合があります。

■福祉保健センター以外の電話相談

相談	内容	日時	問合せ
横浜市思春期電話相談	思春期のからだや性の悩みについて専門スタッフが電話でアドバイスします。	土曜日 午後1:00～4:00	☎474-6644

女性の福祉相談 ●問合せ ☎367-5760

女性の福祉に関わるさまざまな問題に対して相談に応じています。
【受付時間】午前9:30～正午 午後1:00～4:30

女性の健康相談(予約制) ●問合せ ☎367-5778

思春期や更年期に起こりやすい不快な症状、月経や性に関する相談、また不妊や家族計画などの相談を受けています。

障害者の生活支援・こころの健康相談

障害者支援担当 ☎367-5755・5715 FAX364-2346

精神保健福祉相談(予約制)

①病気がどうか、病院へのかかり方がわからないとき②不眠・不安・アルコール依存などのこころの病気で悩んでいるとき③精神科の医療費に困っているとき④その他こころの健康に関するご相談に応じます。

専門医による相談(予約制)

こころの病気やアルコール問題、ひきこもりなどについて、専門医がご相談に応じます。月4回

生活教室「つくしの会」

【日時】金曜日 午前9:30～11:30
こころの病気を持つ方が集まり、スポーツ・料理・レクリエーションなどを通して、生活リズムを身につけたり、友達づくりや社会参加を目指します。

家族会「あじさいの会」

【日時】第3火曜日 午後1:30～4:00
こころの病気を持つ方の家族が集まり、学習会や話し合いを通して病気の理解を深め、回復への道をとともに考えていきます。生活技能訓練(SST教室)も行っています。

アルコール教室「ボブラの会」

【日時】第3金曜日 午後2:00～4:00
アルコール依存症の方や家族のための集まりです。話し合いを持ち、病気に対する理解を深めていきます。

難病交流会「亀の会」

【日時】第4水曜日(12月はありせん) 午後1:30～3:30
パーキンソン病・脊髄小脳変性症などの難病の方や家族の集まりです。体操や情報交換をしながら交流を深めています。

リハビリ教室 ●高齢者支援担当 ☎367-5716 FAX364-2346

障害を持っていても普通の生活を送りたい、言語以外のいろいろなコミュニケーション手段を学んでみたい方のための集まりです。
対象者は、瀬谷区にお住まいで、①40歳～64歳の方②脳卒中等の後遺症で身体や言葉に障害のある方③瀬谷区役所まで来られる方(家族等の付き添いも可)

種類	日程	時間	場所	内容
生活リハビリ教室	月2回	午後1:30～3:00 (受付1:00～1:30)	区役所3階	理学療法士の助言を受けながら外出実習・スポーツ体験・講演会・食事療法・口腔衛生ケアを行います。
言語訓練教室	月1回	午後1:30～3:00 (受付1:00～1:30)	区役所3階	言語聴覚士と一緒にゲーム感覚でいろいろなコミュニケーション手段を体験します。また、個別相談も行います。

認知症(痴呆症)高齢者の相談

高齢者支援担当 ☎367-5716・障害者支援担当 ☎367-5755 FAX364-2346

瀬谷区認知症高齢者はいかいネットワーク事業

瀬谷区に住む認知症高齢者はいかいしたときに、いち早く見つけて保護できるように、地域ぐるみの発見協力・見守り体制づくりを行います。はいかいが心配される高齢者の登録を行います。

認知症高齢者を抱える家族の会「わらへの会」

【日時】原則第2月曜日(祝日除く) 午後1:30～3:30
認知症高齢者を介護している家族が集まり、体験を語り合い、情報交換していく場です。

専門医による相談(予約制)

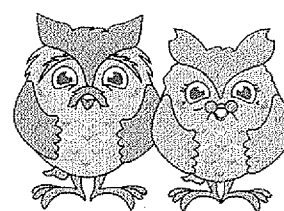
認知症の症状を持った高齢者に関する介護方法について専門医がご相談に応じます。

認知症高齢者緊急対応事業

急激な認知症の症状の悪化、または介護者の急病などにより在宅生活が困難となった場合、ご相談に応じます。

介護者のための相談～介護者のこころ相談室～(予約制)

高齢者を介護されている方の悩みをカウンセラーがご相談に応じます。



高齢者の訪問理容・美容・クリーニングサービス

瀬谷区訪問理容・美容サービス案内 理容師・美容師がご自宅へ訪問します。

- 瀬谷区にお住まいで、高齢や障害のため外出が困難な在宅の方に対する理容・美容サービスです。
- ①【対象者】おおよね65歳以上で、要介護4または5に認定された外出困難な方
【料金】1回2,000円 【申込】横浜市生活衛生協議会 ☎・FAX222-0688
 - ②【対象者】おおよね65歳以上で、要支援または要介護1～3の方などのうち、特に必要と認められる方
【料金】1回2,000円
【相談先】区役所高齢者支援担当 ☎367-5716
 - ③【対象者】障害などのため理容所・美容所に向くことが困難な上記以外の方(65歳未満など)
【料金】1回3,000円 【申込】瀬谷区生活衛生協議会 ☎364-1964(理容組合 白川)または☎302-2694(美容組合 二瓶) *詳細はそれぞれの申込先にご確認ください。

*いずれもカットのみで、ご家族などの付き添いが必要です。タオル・お湯などをご用意ください。
①②は横浜市事業、③は瀬谷区生活衛生協議会のボランティア事業です。

高齢者世帯クリーニングサービス案内

瀬谷区生活衛生協議会では、高齢者世帯を対象に、家庭で洗濯することが困難な大型の洗濯物を廉価な値段で洗濯し、配達するサービスを行っています。
【利用できる方】おおよね65歳以上の方のみの世帯
【対象品・料金】シーツ・ふとんカバー350円、ねまき・タオルケット450円、毛布(サイズによって異なります)450円～800円
【申込・問合せ】区役所環境衛生係 ☎367-5752
*瀬谷区生活衛生協議会の独自事業で、会員のクリーニング店が訪問します。
*2回目以降は訪問したクリーニング店に直接申込みできます。

安全で快適なくらしのために

食品衛生係 ☎367-5751 FAX365-5718

■食品衛生について

食品についての疑問、苦情、相談がありましたらご連絡ください。食品を取り扱う営業を始められる方、あるいは食品営業施設の改装を予定している方は事前にご相談ください。

■ウィルスによる食中毒に注意しましょう

冬期の食中毒の原因として最近『ウィルス』が注目されています。ノロウィルス(SRSV、小型球型ウィルス)が代表的なものです。生力キをはじめとして二枚貝の内臓に多く生息しています。生で食べるにより食中毒になることがあります。症状は1~2日の潜伏期間を経て、吐き気、嘔吐、下痢、発熱などをおこします。発症当日の症状が激しいのが特徴です。食中毒予防には次の点に気を付けましょう。

- ①調理や食事の前にはよく手を洗いましょう。
- ②生力キを食べる場合は、必ず『生食用』の表示を確認しましょう。(加熱調理用のものも売られています。)
- ③高齢者や子ども、免疫力が低下している方はなるべく加熱して(中心部までよく火を通して)から食べましょう。

■犬や猫を飼っている皆様へ

一犬を飼っている方へ

- ★生後91日を過ぎたら登録をし、毎年度1回の狂犬病予防注射を受けましょう。
- ★交付された鑑札、注射済票は首輪につけ、門票を玄関などに貼りましょう。
- ★散歩のときはリードをつけてください。公園など公共の場所でも放すことはできません。
- ★糞は飼い主の責任で必ず持ち帰って始末してください。
- ★飼い犬が人を咬んだら福祉保健センターへ届けてください。

一猫を飼っている方へ

- ★飼い猫はできるだけ室内飼育に努めましょう。
 - ★猫が自宅で排便するよう、しつけましょう。
 - ★猫には飼い主の名前、電話番号等を書いた首輪や名札をつけましょう。
- *犬も猫も飼育できる頭数には限りがあります。繁殖を望まない場合は不妊去勢手術をしましょう。
*どうしても飼えなくなった場合は福祉保健センターへご相談ください。

住まいの衛生

環境衛生係 ☎367-5752 FAX365-5718

■住まい方に関するアドバイスを行っています。こんな場合はご相談ください

- ★新築、改築したら、目がチカチカしたり、頭痛やめまいがする。
- ★家の中で発生した虫の種類や駆除方法がわからない。
- ★ダニによるアレルギーが心配。

■効果的な換気を行いましょ ~換気のポイント~

★石油やガスを使う開放型のストーブ・ヒーター・湯沸かし器は、窒素酸化物など有害な燃焼ガスを発生します。換気を十分に行いましょう。換気扇を使用する場合は、対面の窓を開けるなど、空気の通り道を確保しましょう。

HIV(エイズ)の検査

■福祉保健センターで実施している検査

検査	実施日	受付時間	備考	問合せ
HIV(エイズ)検査・相談(予約制・無料)	火曜日	午前10:30~11:00	血液検査・相談(匿名で検査できます)	健康づくり係☎367-5744

■HIV(エイズ)・クラミジア(性感染症)等の土曜・夜間の検査 *検査は無料・匿名で実施しています *祝日・年末年始は検査は行いません

施設名	営業日	営業時間	電話番号・住所
結核予防会 中央健康相談所(予約制)	土曜日	(通常の検査)午後2:00~6:00 (即日検査)午後2:00~5:00	予約受付:横浜市コールセンター ☎664-2525(午前8:00~午後9:00 年中無休) 南区中村3-191-7
横浜AIDS市民活動センター(予約不要)	火曜日	午後6:00~7:30	☎201-8830 中区尾上町3-39 尾上町ビル9階

■HIV(エイズ)に関する情報の提供

施設名	営業日	営業時間	電話番号・住所
横浜AIDS市民活動センター	火曜日を除く 毎日	(平日)午後1:00~8:00 (土・日・祝)午前10:00~午後5:00	☎650-5421 FAX650-5422 中区尾上町3-39 尾上町ビル9階
横浜AIDSテレフォンサービス(テープ案内) HIV検査・相談マップ(ホームページ)	毎日	基礎知識編:☎671-4000 相談・検査編:☎671-4001 サポート編:☎671-4002 http://www.hivkensa.com/ iモード対応 http://hivkensa.com/i/	

お知らせ

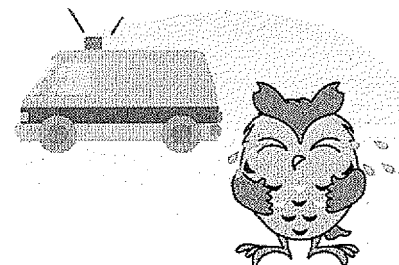
■休日・夜間の急病の時には

施設名	診療科目	営業日	診療時間ほか	電話番号・住所
横浜市瀬谷区休日急患診療所	内科・小児科	日曜・祝日・年末年始	午前10:00~午後4:00	☎302-5115 瀬谷区橋戸1-36-1
横浜市救急医療センター (桜木町夜間急病センター)	内科・小児科 耳鼻咽喉科・眼科	毎夜間	午後6:00~午前0:00(*) 午後8:00~午前0:00	☎212-3535 中区桜木町1-1
横浜市南西部夜間急病センター	内科・小児科	毎夜間	午後8:00~午前0:00	☎806-0921 泉区中田北1-9-8
横浜市歯科保健医療センター	歯科	毎夜間	午後7:00~午後11:00	☎201-7737 中区相生町6-107
横浜市救急医療情報センター		日曜・祝日・年末年始	午前10:00~午後4:00	☎201-1199

*横浜市救急医療センターの内科・小児科の診療時間が平成18年7月1日より変更になりました。
*午前0時以降の深夜帯の内科・小児科診療については、市内方面別の基幹病院で診療を行います。

基幹病院

市立市民病院	☎331-1961	保土ヶ谷区岡沢町56	昭和大学横浜市北部病院	☎949-7000	都筑区茅ヶ崎中央35-1
市立みなと赤十字病院	☎628-6100	中区新山下3-12-1	国立病院機構横浜医療センター	☎851-2621	戸塚区原宿3-60-2
横浜労災病院	☎474-8111	港北区小机町3211	横浜南共済病院	☎782-2101	金沢区六浦東1-21-1
済生会横浜市南部病院	☎832-1111	港南区港南台3-2-10	国際親善総合病院	☎813-0221	泉区西が岡1-28-1



■かかりつけ医をお探しの方に...

かかりつけ医をお探しの方に、地域医療連携センター(横浜市医師会)で病院や診療所の紹介をしています。ご希望により診療所や病院の情報と地図をFAXでお送りします。(インターネットでも検索ができます。)

☎201-8712 FAX201-8768

時間:月曜日~金曜日(祝日除く)午前9:00~正午 午後1:00~5:00

インターネット: <http://www.yokohama.kanagawa.med.or.jp/>

◆瀬谷区のホームページ
(健診日程・各種窓口案内を掲載)
<http://www.city.yokohama.jp/me/seya/>

◆ヨコハマ子育て情報局
(横浜市のホームページ)
<http://www.city.yokohama.jp/me/kosodate/>

■福祉保健センターで取り扱いできない業務

業務内容	施設名	問合せ
路上や空き地の犬猫の死体処理・ペットの合同火葬	資源循環局瀬谷事務所	☎364-0561
粗大ごみ	粗大ごみ受付センター	☎0570-045270
し尿・くみ取り	資源循環局北部事務所	☎953-0941
浄化槽	資源循環局業務課 浄化設備係	☎671-2547
下水・道路	瀬谷土木事務所	☎364-1105
海外渡航のための予防接種	日本検疫衛生協会 横浜診療所	☎671-7041
社会保険・厚生年金	横浜西社会保険事務所	☎820-6655
子どもがタバコや洗剤などを飲み込んだとき	神奈川県医師会中毒 情報相談室	☎262-4199