



●ちょっぴりはにかんだ我が家のアイドル(中央・高本歩輝くん・2歳11か月)



●大好きな滑り台。行くよ、それ〜っ!(北入曾・荻野由衣香ちゃん・2歳2か月)



●お外でのお散歩が気持ちよくて大好きなの(新狭山・砂原彩花ちゃん・11か月)

元気な狭山っ子登場!!

3歳未満の市内在住のお子さんの写真を掲載します。縦位置で撮ったサービス版の写真の裏面に、お子さんの氏名(ふりがな)、生年月日を記入し、別紙に保護者の氏名、住所、電話番号、写真に関するコメント(20字程度)を書いて、裏表紙記載の広報課まで封書でお送りください。写真を多数お寄せいただいた場合は、抽選で掲載します。なお、お寄せいただいた写真は返却しませんので、ご了承ください。問合せ広報課へ内線7162



西本康二さん(新狭山在住・69歳)

毎朝出勤前に行く30分のウォーキングや、地域の活動に参加することが、健康の秘訣です。休日には、ソフトボールを楽しむなど、体を動かしています。

老人保健の

自己負担額を減額

現在、老人医療費が2割負担の方で、同一世帯の高齢者の平成16年の収入の合計額が一定額に満たない場合、申請することで、1割負担になります。また、市民税非課税世帯の方は、自己負担限度額が減額されます。



すこやか おとな

老人医療費/対象同一世帯に70歳以上の方、65歳以上で老人医療の障害認定を受けている方を含む)が本人以外に、いる場合：
621万円 いない場合：484万円 必要書類公的年金給与などの源泉徴収票、所得課税(証明書、確定申告書の写し(収入額を証明できる書類がない場合は不要))
自己負担限度額の減額/対象
世帯員全員が住民税非課税の方
世帯員全員が住民税非課税世帯員それぞれ所得が必要経

費・控除(年金は65万円)を差し引いたときに0円の方、必要書類老人保健受給者証、健康保険証、印鑑、老人医療限度額適用・標準負担額減額認定証、所得がないことを証明するもの
問合せ福祉課へ内線1515
社会福祉講演会・認知症
日時7月16日、10時〜12時
内容病気の内容や介護現場のようすなど 定員100名 駐車場はありません 問合せ入問公民館へ 2957 6615

市民と医師会の

医療コミュニケーション

育児書に書いてないお産によい時期

お産によい季節は、春先の5・6月と言われます。その理由として、次の点があげられます。

出産直後、早朝・深夜のオムツ交換や哺乳をする際、寒さは母体にもつらいものです。春先ですと、暖房の必要がありませんので、多少つらさが和らぎます

赤ちゃんは、成人と比べて水分の割合が高く、皮膚からの不感蒸泄が活発で乾燥が大敵です。このことから、梅雨は育児に適しているといえます。また、冬の産後は、寒くて乾燥していますので、できれば避けたほうがよいでしょう

不感蒸泄...呼吸や汗など皮膚から出ていく水分
妊娠が8・9月ですと、つわりの時期が秋口で涼しく、しのぎやすいといえます。また、食欲の秋に入るため、次第に軽快することが多くみられます

年内の出産であれば、その年から扶養控除が受けられます

問合せ 狭山市医師会 2957 7077か

健康推進課へ 2956 8050

健康カレンダー 8月

●乳幼児健康診査

対象	健診日
4か月児	平成17年3月13日～4月4日生まれ 12日
1歳6か月児	平成16年1月2日～1月23日生まれ 1日
	平成16年1月24日～2月15日生まれ 19日
3歳児	平成14年4月26日～5月18日生まれ 22日

いずれも13時～14時に受け付け。対象者には1か月前に健診票を郵送します。ほかの機関で健診を受けた方は、保健センターにご連絡ください

●離乳食講習会・試食と相談

日	時	対象
12日	13時45分～15時	4～5か月児(離乳食初期)
12日	9時30分～11時	4～12か月児(離乳食初期～後期)

申し込み不要。何回でも参加できます

●乳幼児健康相談・身体計測

日時12日、9時～10時 対象 相談...就学前の乳幼児
身体計測のみの方...平成16年9・11月、平成17年1・3・5・7月生まれ 持参品母子健康手帳

●マタニティスクール(全4回)

日	時	対象	定員	費用
30・31日(火・水)、9月7日、9時～12時と9月9日、10時～12時		平成17年11月5日～平成18年2月14日に出生予定の初妊婦	36名	350円(調理実習費)

申し込みが必要、父親の参加も歓迎

●BCG(会場は保健センター)

接種日・受付時間	対象	持参品
3日、10時～11時	平成17年4月生まれ	母子健康手帳、予防接種予診票

生後6か月になるまでに1回接種。当日、都合の悪い方は、早めに保健センターにご相談ください。生後6か月を過ぎると集団接種 無料 が受けられません

●休日診療急患センター(2958 8771)

診療科目内科、外科、小児科、歯科 診療日7・14・21・28日、9時～12時と13時～17時(歯科は15時まで) 所在地狭山台3 24 診療日により担当医が変わりますので受診前にお問い合わせください

●救急指定病院(休日・夜間の急患診療機関)一覧

医療機関名	診療科目	所在地・電話番号
狭山厚生病院	小児科、内科、皮膚科 午前中は一般診療	中央1 24 10 2957 9111
人間川病院	内科、外科、小児科、 整形外科	祇園17 2 2958 6111
狭山中央病院	内科、外科、脳外科、 整形外科	富士見2 19 35 2959 7111
至聖病院	内科、外科、整形外科	下奥富1221 2952 1000
狭山病院	内科、外科、小児科、 循環器科	鷺ノ木1 33 2953 6611

いずれも急患のみ。日程により担当医が変わりますので受診前にお問い合わせください

8月のワイワイ広場は

お休みです

8月は暑さが厳しくなるため、公園などの屋外で行っているワイワイ広場はお休みになります。なお、乳幼児情報センター、子育てプレイス新狭山は通常どおり開館しています。



問合せ乳幼児情報センターへ 2958 1155

●成人検(健)診の申し込み

保健センターで受診直接窓口か専用電話 祝日を除く月～金曜日の9時～16時へ 2959 1311

実施月	実施日			申込期間
	基本健康診査	胃がん検診	乳がん・子宮がん検診	
10月	3・4日(月・火) 31日	3日	18・19日(火・水) 21日、24・25日 (月・火)	8月31日 まで
11月	1・2日(火・水) 7日～9日 24・25日(木・金) 28日～30日	1・2日(火・水) 7日、9日～ 11日、25日、 28日～30日	検診なし	8月1日 ～ 9月30日

大腸がん検診・肺検診は基本健康診査の実施日に受け付け。受付時間 大腸がん検診...13時～16時 肺検診...13時～15時 受診は年度内に各検(健)診1回のみ。8月実施分は申し込みを終了。上記以外の日程は、すこやかさやま健康カレンダーか市の公式ホームページをご覧ください。

市内指定医療機関で受診直接窓口か検診名、住所、氏名、電話番号、生年月日、性別をはがきかFAXで保健センターへ(11月末日まで随時受け付け)

●小児科救急医療病院群の輪番制病院

曜日	時間	医療機関名	所在地・電話番号
日曜日	8時～18時	狭山病院	鷺ノ木1 33 2953 6611
	18時～翌8時	埼玉医科大学病院	毛呂山町毛呂本郷38 049 276 1465
月曜日	18時～翌8時	狭山病院	鷺ノ木1 33 2953 6611
火曜日	18時～翌8時	人間川病院	祇園17 2 2958 6111
水曜日			
木曜日	18時～翌8時	国立病院機構 西埼玉中央病院	所沢市若狭2 1671 2948 1111
金曜日	18時～翌8時	狭山病院	鷺ノ木1 33 2953 6611
土曜日	18時～翌8時	埼玉医科大学 大学病院	毛呂山町毛呂本郷38 049 276 1465

日曜日以外で当番日が祝日・年末年始の場合、その曜日の夜を担当する病院が昼間の診療も行います