

保存版 2021(令和3)年4月～9月  
**瀬谷福祉保健センターからのお知らせ**

瀬谷区役所(代表電話)  
 ☎367-5656  
 ☎365-1170



新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、掲載中のイベント等は中止・延期となる場合があります。

子育て・女性に関すること

**乳幼児健康診査** 瀬谷区総合庁舎駐車場の混雑が予想されますので、できるだけ公共交通機関を利用してください。 ■こども家庭係 ☎367-5760 ☎367-2943

各回の人数によっては異なる健診日でご案内する場合があります。詳細は、健診日の2週間前までに郵送される通知書を確認してください。指定された健診日の都合が悪い場合は、次回の健診日に受診してください。

瀬谷区 乳幼児健康診査 検索

| 4か月児 | 生まれた月日 | R2年11月18日～12月7日 | 12月8日～21日 | 12月22日～R3年1月19日 | 1月20日～2月2日 | 2月3日～28日 | 3月1日～21日 | 3月22日～4月4日 | 4月5日～18日 | 4月19日～5月1日 | 5月2日～15日 |
|------|--------|-----------------|-----------|-----------------|------------|----------|----------|------------|----------|------------|----------|
| 健診日  |        | 4月7日            | 4月21日     | 5月19日           | 6月2日       | 6月30日    | 7月21日    | 8月4日       | 8月18日    | 9月1日       | 9月15日    |

【受付時間】12時45分～13時30分 【内容】計測、診察、歯科相談、育児相談、栄養相談 【持ち物】母子健康手帳、問診票、バスタオル

| 61か月児 | 生まれた月日 | R元年9月30日～10月8日 | 10月9日～22日 | 10月23日～11月20日 | 11月21日～12月3日 | 12月4日～17日 | 12月18日～R2年1月1日 | 1月2日～29日 | 1月30日～2月19日 | 2月20日～3月2日 | 3月3日～16日 |
|-------|--------|----------------|-----------|---------------|--------------|-----------|----------------|----------|-------------|------------|----------|
| 健診日   |        | 4月8日           | 4月22日     | 5月20日         | 6月3日         | 6月17日     | 7月1日           | 7月29日    | 8月19日       | 9月2日       | 9月16日    |

【受付時間】8時45分～9時20分 【内容】計測、診察、歯科健診・相談、育児相談、栄養相談 【持ち物】母子健康手帳、問診票、歯ブラシ、バスタオル

| 3歳児 | 生まれた月日 | H30年3月26日～4月15日 | 4月16日～28日 | 4月29日～5月13日 | 5月14日～27日 | 5月28日～6月10日 | 6月11日～24日 | 6月25日～7月15日 | 7月16日～28日 | 7月29日～8月12日 | 8月13日～26日 | 8月27日～9月9日 | 9月10日～22日 |
|-----|--------|-----------------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|------------|-----------|
| 健診日 |        | 4月15日           | 4月28日     | 5月13日       | 5月27日     | 6月10日       | 6月24日     | 7月15日       | 7月28日     | 8月12日       | 8月26日     | 9月9日       | 9月22日     |

【受付時間】12時45分～13時30分 【内容】計測、診察、歯科健診・相談、育児相談、栄養相談、尿検査 【持ち物】母子健康手帳、問診票、歯ブラシ、尿、尿検査申込書、バスタオル

**予防接種**

■横浜市予防接種コールセンター ☎330-8561 ☎664-7296

横浜市保健所ホームページまたは福祉保健センターで配布している「横浜市予防接種協力医療機関名簿」に掲載されている医療機関で実施します。不明な点は、横浜市予防接種コールセンターまたは健康づくり係(☎367-5744)までお問い合わせください。

横浜市 予防接種 検索

**母子健康手帳の交付**

■こども家庭係 ☎367-5760 ☎367-2943

【対象】区内在住者 区役所4階40番窓口で交付します。

**子育て相談** 予約制

■こども家庭係 ☎367-5778 ☎367-2943

地区センター等で、週1回経験豊かな子育て支援者が、子育ての悩みを一緒に考えます。日時、場所等の詳細はホームページをご覧ください。

瀬谷区子育て支援者 検索

**母親(両親)教室** 予約制

■こども家庭係 ☎367-5778 ☎367-2943

初産の人を対象に、知識を習得し、心配を解消するための教室です。4回で1コースです。3回目は両親教室のため、夫婦での参加をおすすめします。

【時間】10時～12時 【場所】区役所5階母子相談室  
 【持ち物】母子健康手帳、テキスト「子育てガイドブック」(母子健康手帳交付時にお渡ししています)、筆記用具、使用中の歯ブラシ(1回目)、運動しやすい服装(2回目)

| 回数  | 1            | 2           | 3            | 4               |            |               |
|-----|--------------|-------------|--------------|-----------------|------------|---------------|
| 内容  | 妊娠中の食生活・歯科衛生 | お産の迎え方・妊婦体操 | 2人で子育て・沐浴体験等 | 母乳について・赤ちゃんとの生活 | 出産予定月      |               |
| コース | 4月           | 5日(月)       | 12日(月)       | 19日(月)          | 26日(月)     | 令和3年 8月～10月   |
|     | 5月           | 10日(月)      | 17日(月)       | 22日(土)          | 24日(月)     | 令和3年 9月～11月   |
|     | 6月           | 7日(月)       | 14日(月)       | 21日(月)          | 28日(月)     | 令和3年 10月～12月  |
|     | 7月           | 5日(月)       | 12日(月)       | 17日(土)          | 26日(月)     | 令和3年 11月～4年1月 |
|     | 8月           | 2日(月)       | 10日(火)       | 16日(月)          | 23日(月)     | 令和3年 12月～4年2月 |
| 9月  | 6日(月)        | 13日(月)      | 18日(土)       | 27日(月)          | 令和4年 1月～3月 |               |

**交流事業等**

■こども家庭係 ☎367-5778 ☎367-2943

- 赤ちゃん教室 0歳(第1子)の子どもと養育者を対象に、地域ケアプラザ等で教室を開いています。
- ふたごの会 ふたご以上の子どもの養育者や妊婦さんを対象に、交流会を開催しています。
- ぶちママの会 10代～20代前半の妊婦さんやお母さんの交流会を開催しています。
- 子育てグループ 子育て中の養育者が、子育てグループをつくり、仲間とともに子育てを楽しもうと自主的な活動をしています。
- 子育て応援カレンダー 子育てイベントを一覧にしたカレンダーを瀬谷区子育て応援ネットが毎月発行しています。瀬谷区地域子育て支援拠点「にこてらす」のホームページに掲載しているほか、区内公共施設等で配布しています。

にこてらす 応援ネット 検索

**各種相談・教室** 予約制

各種相談は、電話相談のほか予約制で面接相談等も行っています。

| 種類               | 内容  | 実施日                            |        |        |        |        |        | 時間                               | 持ち物                | 問合せ先   |
|------------------|---|--------------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|----------------------------------|--------------------|--|
|                  |   | 4月                             | 5月     | 6月     | 7月     | 8月     | 9月     |                                  |                    |  |
| 妊産婦健康相談・母乳(授乳)相談 | 助産師が妊娠・出産、産後のお母さんの健康や母乳などの与え方(母乳が足りているか、しこりができた)などの相談を受けています。     | 14日(水)                         | 12日(水) | 9日(水)  | 14日(水) | 11日(水) | 8日(水)  | 9時～11時                           | 母子健康手帳、タオル1枚(母乳相談) | こども家庭係 ☎367-5778                                 |
| 乳幼児食生活健康相談       | お子さんの食生活について、個別に相談を受けています。  | 16日(金)                         | 21日(金) | 18日(金) | 16日(金) | 20日(金) | 17日(金) | 9時～11時                           |                    | 健康づくり係 ☎367-5746<br>se-shokuiku@city.yokohama.jp |
| 離乳食教室            | 主に生後7か月～11か月児の養育者を対象に、離乳食のすすめ方についての話、調理説明を行います。                   | 16日(金)                         | 21日(金) | 18日(金) | 16日(金) | 20日(金) | 17日(金) | ①13時30分～14時15分<br>②14時45分～15時30分 |                    |  |
| 1歳児食と歯の元気教室      | 1歳～1歳4か月のお子さんとその養育者を対象に、幼児食と楽しい歯みがきについての話、実演を行います。                |                                | 11日(火) | 23日(水) | 28日(水) |        | 10日(金) | 10時～11時                          |                    |  |
| 乳幼児歯科相談          | 0歳～就学前のお子さんを対象に、歯科健診・相談・歯みがきなどのアドバイスを行います。妊産婦の歯科相談も同日に実施しています。    | 14日(水)                         | 12日(水) | 9日(水)  | 14日(水) | 25日(水) | 8日(水)  | 13時30分～14時45分                    | 母子健康手帳、子ども用の歯ブラシ   | こども家庭係 ☎367-5760                                 |
| 子ども・家庭支援相談       | 乳幼児期から学童・思春期までの子育ての不安、いじめ・不登校など、学校カウンセラー・教育相談員・保育士・保健師が相談を受けています。 | 平日                             |        |        |        |        |        | 8時45分～17時<br>※12時～13時を除く         |                    | 学校連携・こども担当 ☎367-5747                             |
| ひきこもり等の青少年の相談    | おおむね15歳～39歳以下の人のひきこもり・不登校、思春期の悩みなど、よこはま西部ユースプラザが出張相談を受けています。      | 第1・3火曜日<br>(ただし令和3年5月は第2・3火曜日) |        |        |        |        |        | 13時30分～16時20分                    |                    |  |
| 女性の健康相談          | 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、不妊や家族計画などの相談を受けています。               | 第2火曜日<br>(ただし令和3年8月は第1火曜日)     |        |        |        |        |        | 9時～11時                           |                    | こども家庭係 ☎367-5778                                 |
| 女性福祉相談           | 女性の抱える家庭のさまざまな悩みや問題の相談を受けています。                                    | 平日                             |        |        |        |        |        | 9時30分～16時30分<br>※12時～13時を除く      |                    | こども家庭係 ☎367-5703                                 |

**がん検診** 職場のがん検診等、他に受診機会のない人が対象です。

健康づくり係 ☎367-5744 ☎365-5718

【注意】次の人は無料です。詳しくは、事前に健康づくり係までお問い合わせください。

- ①令和3年4月2日～令和4年4月1日の間に70歳以上になる人【持ち物】年齢を確認できるもの
- ②生活保護世帯【持ち物】休日・夜間等診療依頼証
- ③令和2年度市・県民税非課税世帯または均等割のみ課税世帯(事前手続有)
- ④後期高齢者医療制度加入者【持ち物】後期高齢者医療被保険者証等
- ⑤中国残留邦人支援給付制度適用の人【持ち物】本人確認証

●区役所で受診できるがん検診 受診回数：年度内(令和3年4月1日～令和4年3月31日)に1回

瀬谷区 がん検診 検索

| 項目                | 検診日<br>時間は、予約時に<br>指定(午前中)                      | 会場             | 対象        | 定員      | 検診料  | 申込方法  | 検診内容      |
|-------------------|---|----------------|-----------|---------|------|---|-----------|
| 肺がん<br><b>予約制</b> | ①5月7日(金)<br>②6月25日(金)<br>③8月27日(金)<br>④9月29日(水) | 区役所5階<br>健診フロア | 40歳<br>以上 | 25<br>人 | 680円 | 健康づくり係 ☎367-5744 ✉se-kenkou@city.yokohama.jp<br>区役所4階44番窓口にて直接受付も可能です。<br>【受付時間】平日 8時45分～17時<br>※ホームページからも受付可能です。 | 胸部エックス線撮影 |

●医療機関で受診できるがん検診 検診実施医療機関は、横浜市ホームページまたは健康づくり係までお問い合わせください。

横浜市 実施医療機関 検索

| 項目   | 対象    | 受診回数   | 検診料                         | 項目               | 対象       | 受診回数   | 検診料   |
|------|-------|--------|-----------------------------|------------------|----------|--------|---|
| 胃がん  | 50歳以上 | 2年度に1回 | 3,140円(エックス線検査または<br>内視鏡検査) | 子宮がん             | 20歳以上の女性 | 2年度に1回 | 頸部 1,360円<br>頸部+体部 2,620円<br>※体部は医師が必要と認めた人のみ |
| 肺がん  | 40歳以上 | 1年度に1回 | 680円(胸部エックス線撮影)             | 乳がん              | 40歳以上の女性 | 2年度に1回 | 視触診及びマンモグラフィ検査 1,370円<br>マンモグラフィ検査単独 680円     |
| 大腸がん |       |        | 無料(便検査)                     | 前立腺がん<br>(PSA検査) | 50歳以上の男性 | 1年度に1回 | 1,000円(血液検査)                                  |

【注意】受診票は送付されません。横浜市内の実施医療機関に直接お電話等でご予約ください。

**健康相談**

健康づくり係 ☎367-5744 ☎365-5718

| 種類                           | 実施日                                    | 受付時間・会場    | 内容                                       |
|------------------------------|--|------------|--|
| 禁煙相談 <b>予約制</b>              | 月2回                                    | 予約時に<br>指定 | 呼気中一酸化炭素濃度測定を行い、保健師が一人ひとりに合った禁煙をお手伝いします。 |
| 生活習慣病予防の<br>ための相談 <b>予約制</b> | 月2回<br>(日程は、毎月の広報よこはま<br>瀬谷区版をご覧ください。) |            | 食事や運動習慣のことなど、保健師・栄養士がアドバイスします。           |

**肝炎ウイルス検査事業**

健康づくり係 ☎367-5744 ☎365-5718

B型・C型肝炎ウイルスは、自分自身が感染していると自覚している人が少なく、感染の早期発見・早期治療が重要です。そこで、横浜市では医療機関での無料検査を実施しています。

【対象】過去に肝炎ウイルス検査を一度も受けていない人(他に肝炎ウイルス検査の受診機会のある人を除く) 【検査料】無料

【受診方法】直接医療機関に予約 ※医療機関は、横浜市ホームページまたは健康づくり係までお問い合わせください。

横浜市 肝炎ウイルス検査事業 検索

**HIV(エイズ)・梅毒(性感染症)等の検査(費用無料、匿名での受付)**

健康づくり係 ☎367-5744 ☎365-5718

| 施設名                                    | 実施日・時間                        | 所在地・電話番号  |
|--|-------------------------------|---|
| 瀬谷福祉保健センター <b>予約制</b>                  | 火曜日(祝日・年末年始を除く)<br>11時～11時30分 | 瀬谷区二ツ橋町190 健康づくり係 ☎367-5744<br>※前日までに予約。HIV検査の実施・相談を受けています。梅毒検査も実施(HIV検査は必須)。                       |
| 横浜AIDS市民活動センター<br>(横浜市夜間検査) <b>予約制</b> | 火曜日(祝日・年末年始を除く)<br>18時～19時30分 | 中区尾上町三丁目39 尾上町ビル9階 予約専用(横浜市コールセンター) ☎664-2525<br>検査時間内専用電話 ☎201-8830 ※前日16時までに予約。梅毒検査も実施(HIV検査は必須)。 |

こちらでもHIV(エイズ)の検査・相談が受けられます。(費用無料・匿名)

○横浜市保健所ホームページ [横浜市 HIV・エイズ 検索](#)

○HIV(エイズ)に関する情報は、横浜AIDS市民活動センター(☎650-5421 ☎650-5422)、  
HIV検査・相談マップ(全国HIV/エイズ・性感染症検査・相談窓口情報サイト)などでも手に入れることができます。



**国民健康保険特定健康診査・横浜市健康診査**

横浜市けんしん専用ダイヤル ☎664-2606 ☎663-4469

| 健診名                  | 対象   | 費用 | 受診回数                               | 受診方法   | 備考  |
|----------------------|--|----|------------------------------------|--|---|
| 国民健康<br>保険特定<br>健康診査 | 横浜市国民健康保険に加入している、<br>40歳～74歳の人                                 | 無料 | 年度内に1回<br>(令和3年4月1日～<br>令和4年3月31日) | <b>健康診査実施医療機関に電話等で予約</b><br>受診の際は、「特定健康診査受診券」、記入済の「問診票」、「国民健康保険証」を提示します。 | 対象者へは、特定健康診査受診券、問診票、実施機関一覧表を5月中旬に送付します。4月2日以降に横浜市国民健康保険に加入した人などには送付されませんので、保険係(☎367-5725)での申請が必要です。 |
| 横浜市<br>健康診査          | ・後期高齢者医療制度加入者<br>・40歳以上の生活保護受給者<br>・40歳以上の中国残留邦人支援給付<br>制度適用の人 |    |                                    | <b>健康診査実施医療機関に電話等で予約</b><br>受診の際は、本人確認できるもの(保険者証等)を提示します。                | 介護保険が適用となる特別養護老人ホーム等に入所中の人で、その施設による健康管理を受けている場合は対象外です。  |

**かかりつけ医を探している人に…**

●地域医療連携センター(横浜市医師会) [横浜市 医師会 検索](#)

かかりつけ医のいない人へ、電話で近くの医療機関の案内を行っています。また、希望に応じて、診療所や病院の地図や情報などをFAXで送ります。

☎201-8712 ☎201-8768

【受付時間】月曜日～金曜日(土・日・祝日・年末年始を除く)  
9時～17時(12時～13時を除く)

●横浜市医療安全相談窓口

☎671-3500 ☎663-7327

✉kf-soudan@city.yokohama.jp

【受付時間】月曜日～金曜日  
(祝日・年末年始12月29日～1月3日を除く)  
8時45分～17時15分



高齢者に関すること

**介護保険サービスの申請** ■ 介護保険担当 ☎367-5714 ☎364-2346

区役所4階40番窓口、地域ケアプラザで申請ができます。居宅介護支援事業者、介護保険施設等が代行して申請することもできます。

【持ち物】介護保険被保険者証(65歳以上の人)、健康保険被保険者証(40歳～64歳の人)、かかりつけの医療機関名・所在地・主治医名のわかる診察券やメモ、印鑑(来庁者が本人の場合は不要)

**高齢者見守りキーホルダー(愛称:せや八福札)**

■ 高齢者支援担当 ☎367-5716 ☎364-2346

高齢者見守りキーホルダーを携帯することで、外出先で救急搬送されたり帰り道がわからなくなったときなどに、あらかじめ情報を登録した地域ケアプラザに連絡が入り、速やかにご家族等へ連絡することができます。申込先は、お住まいの地区の地域ケアプラザとなります。

**介護保険外の在宅要援護高齢者等に対するサービス**

■ 高齢者支援担当 ☎367-5716 ☎364-2346

● **食事サービス**

中重度要介護者等で食事の用意が困難であり、一人暮らし等で安否確認が必要な人のお宅を訪問し、栄養バランスのとれた食事を届けます。

● **あんしん電話の設置**

おおむね65歳以上の一人暮らし高齢者等に、体の具合が急に悪くなるなどの緊急事態が発生した場合に、あらかじめ協力を依頼した近隣の人へすぐに通報が流れるように、あんしん電話(緊急通報装置)を設置します。

● **紙おむつの給付**

以下、3つの要件を満たしている人を対象に紙おむつを給付します。  
①生活保護または市民税非課税世帯の人 ②在宅で介護を受けている人  
③要介護1～5に認定されていて寝たきりまたは重度の認知症の人

● **訪問理容・美容サービス**

区内在住で、高齢や障害などのため理容所または美容所へ出向くことが困難な在宅の人に対して、理容師・美容師が訪問し髪をカットするサービスです。

| 種類                 | 対象                            | 連絡先                  | 料金       |
|--------------------|-------------------------------|----------------------|----------|
| 横浜市事業              | おおむね65歳以上で要介護4・5に認定された外出困難な人※ | 高齢者支援担当<br>☎367-5716 | 2,000円/回 |
| 瀬谷区生活衛生協議会ボランティア事業 | 上記「横浜市事業」の対象外(65歳未満等)の人       | 理容組合 白川<br>☎364-1964 | 申込時に確認   |

※利用回数は年間6回です。要介護3以下の場合は、外出が困難でかつ福祉保健センター長が特に必要と認めた場合のみ対象です。

**認知症高齢者の相談・介護者への支援**

■ 高齢者支援担当 ☎367-5716 ☎364-2346

● **認知症高齢者はいかいネットワーク事業**

区内在住の認知症高齢者が道に迷ったり行方不明になったりしたときに、早期発見し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。事前登録制(区役所やお住まいの地域包括支援センターで登録できます)。

● **よこはま認知症コールセンター ☎662-7833**

認知症の人やその家族等からの各種相談に対し、認知症介護の経験者や専門家等が精神面を含めたさまざまな支援を電話相談により行います。

【受付時間】火曜日・木曜日・金曜日 10時～16時  
(祝日を含む、年末年始12月29日～1月3日を除く)

| 種類                               | 内容   | 日時                               |
|----------------------------------|--|----------------------------------|
| 専門医による「もの忘れ相談室」 <b>予約制</b>       | 認知症の症状や治療などについて、専門医が相談を受けています。                 | 原則 第3金曜日<br>14時～16時              |
| 認知症高齢者を介護する家族の会「わらべの会」           | 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、情報交換しています。         | 原則 第2月曜日<br>13時30分～15時30分        |
| カウンセラーによる相談「介護こころ相談室」 <b>予約制</b> | 介護している人や介護に携わるスタッフの悩みについて、カウンセラーが個別に相談を受けています。 | 原則 奇数月の<br>第3火曜日<br>9時30分～11時30分 |

障害・疾患のある人への支援

**障害者総合支援法のサービス**

■ 障害者支援担当 ☎367-5715 ☎364-2346

障害のある人の日常生活や社会生活を総合的に支援するため、福祉サービス、公費負担医療等を提供します。

【対象】身体障害者手帳・愛の手帳(療育手帳)・精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている人、または知的・精神障害があると判定・診断されている人、難病患者等  
【利用できるサービス】介護給付(ヘルパー等)、訓練等給付(グループホーム等)、自立支援医療、補装具、地域生活支援事業等があります。  
【利用者負担額】原則として利用したサービスの1割負担です。本人・配偶者の収入や税額に応じて、上限額の設定や減免制度があります。

**手帳の交付**

■ 障害者支援担当 ☎367-5715 ☎364-2346

障害の程度によりさまざまな福祉サービスを利用できます。詳細はお問い合わせください。

- **身体障害者手帳** 視覚、聴覚、平衡機能、音声、言語機能またはそしゃく機能、肢体、心臓機能、じん臓機能、呼吸器機能、ぼうこうまたは直腸機能、小腸機能、免疫機能、肝臓機能に永続する障害のある人
- **愛の手帳(療育手帳)** 児童相談所または障害者更生相談所で知的障害と判定された人
- **精神障害者保健福祉手帳** 精神疾患を有し、精神障害のため、長期間にわたり日常生活または社会生活への制約がある人

**こころの健康相談・生活支援**

■ 障害者支援担当 ☎367-5755 ☎364-2346

| 種類                  | 内容   | 日時                                  |
|---------------------|--|-------------------------------------|
| 精神保健福祉相談 <b>予約制</b> | こころの病気かどうか不安なとき、専門医への受診の仕方がわからないとき、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などに、解決方法や社会参加・社会復帰等について相談を受けています。         | 随時                                  |
| 専門医による相談 <b>予約制</b> | うつ、統合失調症、アルコール依存など、さまざまなこころの病気、ひきこもりなどについて悩んでいる人や家族に対し、専門医が相談を受けています。                                      | 月4回                                 |
| 生活教室「つくしの会」         | こころの病気のある人が集まり、スポーツ・料理・レクリエーションなどをとおして、生活リズムを身につけ、仲間づくりや社会参加を目指します。参加希望の人は、事前に障害者支援担当に相談してください。            | 金曜日<br>9時30分～11時30分<br>(祝日・年末年始を除く) |
| 家族会「あじさいの会」         | こころの病気のある人の家族が集まり、学習会や話し合いをとおして病気の理解を深め、回復への道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。参加希望の人は、事前に障害者支援担当に相談してください。 | 第3火曜日<br>13時30分～16時                 |
| アディクション家族教室         | アルコール等依存症の問題を抱える人の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。参加希望の人は、事前に障害者支援担当に相談してください。                        | 第3金曜日<br>14時～16時                    |

**相談機関**

|                         |  |                        |
|-------------------------|--|------------------------|
| 瀬谷区基幹相談支援センター(身障・知的・精神) | 月曜日～金曜日 9時～17時<br>(祝日・年末年始12月30日～1月3日を除く)      | ☎274-8300<br>☎274-8301 |
| 瀬谷区生活支援センター(精神)         | 【相談受付】月曜日～土曜日 9時30分～16時30分(年末年始12月29日～1月3日を除く) | ☎363-8900<br>☎392-1114 |
| 横浜市こころの健康相談センター(精神)     | 平日 17時～21時30分<br>土日・祝日・年末年始 8時45分～21時30分       | ☎662-3522              |

**難病等患者交流会「亀の会」**

■ 障害者支援担当 ☎367-5715 ☎364-2346

パーキンソン病・脊髄小脳変性症などの神経難病患者や家族の集まりです。情報交換やリハビリをしながら交流を深めています。

【日時】原則 第4水曜日 13時30分～15時30分

**脳血管疾患患者等への支援**

■ 高齢者支援担当 ☎367-5716 ☎364-2346

| 種類                    | 内容  | 日時                       | 会場                    | 対象                                |
|-----------------------|---|--------------------------|-----------------------|-----------------------------------|
| リハビリ教室                | 生活に役立つ体験や交流をします。言語聴覚士や理学療法士等の専門家の助言を受け、再発予防、外出実習や生活圏の拡大等を目指します。     | 水曜日(月3～4回)<br>13時30分～15時 | 二ツ橋第二<br>地域ケアプラザ他     | 区内在住、脳卒中等の既往のある、<br>おおむね40歳～64歳の人 |
| 中途障害者地域活動センターワンステップ瀬谷 | 創作活動、文化スポーツ活動、パソコン教室等、仲間や地域との交流ができる活動場所です。高次脳機能障害者専門相談も行っています(要予約)。 | 月曜日～金曜日<br>10時～15時       | ワンステップ瀬谷<br>☎360-1408 |                                   |

医療費の助成等に関する事

### 小児医療費助成

■保険係 ☎367-5727 fax362-2420

健康保険に加入しているお子さん(0歳児から中学校卒業まで)が、病気やけがで医療機関にかかったときの保険診療の一部負担金を助成します。保険係で申請してください。

|            |          |        |       |       |        |
|------------|----------|--------|-------|-------|--------|
| 令和3年4月1日から | お子さんの年齢  |        |       |       |        |
|            | 保護者の所得   | 0歳     | 1歳～2歳 | 3歳～小3 | 小4～中3  |
|            | 非課税      | 全額助成   |       |       | 負担あり※1 |
|            | 所得基準未満※2 | 全額助成   |       |       | 負担あり※1 |
|            | 所得基準以上※2 | 負担あり※1 | 対象外   |       |        |

※1 通院1回につき500円までの自己負担があります(入院・院外薬局を除く)。  
 ※2 所得基準については、お問い合わせください。

### 重度障害者医療費助成

■保険係 ☎367-5727 fax362-2420

健康保険に加入している重度の障害のある人が、病気やけがで医療機関にかかったときの保険診療の一部負担金を助成します。保険係で申請してください。重度障害者医療証を交付します。

- 【対象】①1級・2級の身体障害者手帳の交付を受けている人  
 ②知能指数が35以下と判定を受けている人  
 ③知能指数が50以下と判定され、かつ3級の身体障害者手帳の交付を受けている人  
 ④1級の精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている人(入院費は除く)

【持ち物】身体障害者手帳・愛の手帳(療育手帳)・精神障害者保健福祉手帳等、健康保険証、印鑑(朱肉を使用するもの)

### ひとり親家庭等医療費助成

■保険係 ☎367-5727 fax362-2420

健康保険に加入している母子家庭、父子家庭などのひとり親家庭等の人が、病気やけがで医療機関にかかったときの保険診療の一部負担金を助成します。保険係で申請してください。対象となる人には、福祉医療証を交付します。申請時にひとり親ご本人及びお子さんの健康保険証が必要です。※所得制限があります。

### 高額療養費の支給申請方法

■保険係 ☎367-5727 fax362-2420

#### ●横浜市国民健康保険の加入者

高額療養費の該当になった場合、受診月から2～3か月後に、保険係から申請書を送付しますので、保険係で申請してください。

#### ●後期高齢者医療制度の加入者

高額療養費の該当になった場合、受診月から3～4か月後に、後期高齢者医療広域連合から申請書が送付されます。申請書が届いたら、保険係で申請してください。

なお、一度申請されると、以後該当があった場合は、受診月から3～4か月後に、自動的に振り込まれます。

※職場の健康保険加入者の申請方法などについては、加入している健康保険にお問い合わせください。

生活衛生に関する事

### スズメバチ・アシナガバチの巣は早期発見・駆除しましょう

■生活衛生係 ☎367-5751 fax367-2843

●毎年、7月～10月にかけてハチの巣に関する相談が多く寄せられます。春先(4月～6月)のうちに家の軒下や天井裏、植込みなどを点検し、巣が小さいうちに駆除しましょう。

●夏から秋(7～10月)に、ハチの巣は大きく成長します。ハチの種類や巣の場所によっては、近隣に迷惑をかける場合もあります。専門業者に駆除を依頼するか、駆除方法について、生活衛生係までお問い合わせください。

●春先(4月～6月)の初期のハチの巣はとっくりを逆さにしたような形や、シャワーヘッドのような形をしています。初期のハチの巣の場合、自分で駆除できます。駆除方法は生活衛生係までお問い合わせください。



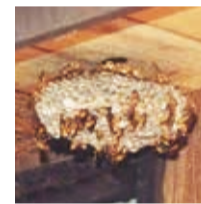
初期のスズメバチの巣

大きくなると



#### スズメバチの巣

- 巣の形がボール型
- 巣への入り口の穴がひとつある
- マーブル模様の外被



#### アシナガバチの巣

- 巣の形がシャワーヘッド型
- 小さい巣穴がたくさんある
- ハチがたくさん付いているのが見える

### 犬の飼い主さんへ

■生活衛生係 ☎367-5751 fax367-2843

- 犬のフンは持ち帰りましょう。
- 犬を散歩させる時はリードでつなぎ、放さないようにしましょう。
- 災害時に備え、日頃からペット用品や、最低5日分のフードを備蓄しましょう。
- 首輪には、連絡先を書いておきましょう。万が一、迷子になってしまったら、生活衛生係や、警察署、横浜市動物愛護センター(☎471-2111)へお問い合わせください。

### 鶏肉料理のカンピロバクター食中毒に注意!

■生活衛生係 ☎367-5751 fax367-2843

カンピロバクターという細菌による食中毒が多く発生しています。この食中毒は、飲食店で提供された鶏刺し、鶏たたき、表面だけ炙った焼鳥など、生や半生の鶏肉料理が原因となることが多くなっています。新鮮な鶏肉なら生でも安全というのは間違いです。飲食店でも、家庭でも、鶏肉は中心部までよく加熱されたものを食べましょう。

カンピロバクターの症状: 食べてから2～7日後に腹痛・下痢・発熱(37℃～40℃)

各種問合せ先

### 急病時の相談・救急医療機関の案内

横浜市 救急 検索

| 施設名            | 診療科目   | 診療時間  | 電話番号・所在地                |
|----------------|--|---|-------------------------|
| 瀬谷区休日急患診療所     | 内科・小児科                                       | 日曜日・祝日・12月30日～1月3日 10時～16時  | ☎360-8666 瀬谷区二ツ橋町489-46 |
| 横浜市南西部夜間急病センター | 内科・小児科                                       | 毎夜間 20時～24時(受付は19時30分から)  | ☎806-0921 泉区和泉中央北5-1-5  |
| 横浜市歯科保健医療センター  | 歯科   | 毎夜間 19時～23時(受付は22時30分まで)<br>日曜日・祝日・12月29日～1月4日 10時～16時(受付は15時30分まで) | ☎201-7737 中区相生町六丁目107   |
| 神奈川県医師会中毒情報相談室 | 家庭用化学製品の誤飲・誤食による急性中毒の相談を、24時間365日無料でを行っています。 |   | ☎262-4199               |

### 救急相談センター(#7119)

病気やけがで迷ったら、#7119(または☎232-7119)とダイヤルいただくと、「救急受診できる病院・診療所」、「今すぐに受診すべきか救急車を呼ぶべきか」を電話相談できます。



シャープ # 7 1 1 9

または 045-232-7119 年中無休 24時間対応

電話から

救急受診できる病院・診療所を知りたい

1 番を選択

今すぐに受診すべきか救急車を呼ぶべきか

2 番を選択

医療機関案内FAX(聴覚障害者専用) ☎045-242-3808 (医療機関案内のみの対応です。)

### 救急受診ガイド

緊急性や受診の必要性をパソコンやスマートフォンから確認できます。



### 救急受診ガイド

横浜市救急受診ガイド

検索

パソコンスマートフォンから

緊急性や受診の必要性を確認できます



### 地域ケアプラザ(地域包括支援センター)

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。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。

|            |                       |              |                       |
|------------|-----------------------|--------------|-----------------------|
| 二ツ橋地域ケアプラザ | ☎361-9812 fax361-9868 | 下瀬谷地域ケアプラザ   | ☎304-1271 fax304-1259 |
| 阿久和地域ケアプラザ | ☎365-9892 fax365-9894 | 二ツ橋第二地域ケアプラザ | ☎392-0311 fax360-6800 |
| 中屋敷地域ケアプラザ | ☎303-8899 fax303-8111 |              |                       |

