

保存版

2026(令和8)年4月～2027(令和9)年3月

瀬谷区役所 (代表電話)

Tel 045-367-5656

Fax 045-365-1170



瀬谷福祉保健センターからのお知らせ

- 「※詳細は瀬谷区 WEB へ」「※詳細は横浜市 WEB へ」とあるものは、それぞれ「瀬谷区 ○○○」または「横浜市 ○○○」で検索(○○○はイベント名・事業名)
- 本紙面上の「健康保険の内容が確認できるもの」とは、「資格確認書」、「資格情報のお知らせ」、「マイナポータルの保険証情報画面を印刷したもの」等です。

子育て・女性

乳幼児健康診査

☎ 子育て支援担当 Tel 045-367-5760 Fax 045-367-2943

瀬谷区総合庁舎駐車場が混雑しますので、できるだけ公共交通機関を利用してください。

各回の人数によっては異なる健診日を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。健診日は該当の月齢・年齢以降にご案内する場合があります。



※詳細(日程等)は瀬谷区 WEB へ

	受付時間	内容	持ち物
4か月児	12時45分～13時30分	計測、診察、歯科相談、育児相談、栄養相談	母子健康手帳、問診票、バスタオル
1歳6か月児	8時45分～9時20分	計測、診察、歯科健診・相談、育児相談、栄養相談	母子健康手帳、問診票、歯ブラシ、バスタオル
3歳児	12時35分～13時20分	計測、診察、歯科健診・相談、育児相談、栄養相談、尿検査、屈折検査(眼科)	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

母親(両親)教室 予約制

☎ 子育て支援担当 Tel 045-367-5778 Fax 045-367-2943

初産の人を対象に、正しい知識を習得し、妊娠や出産の心配を解消するための教室です。※詳細(日程等)は瀬谷区 WEB へ

【各回の内容】①歯の健康・妊娠期の栄養

②お産の経過・妊婦体操と呼吸法、プレパパ講座

③2人で子育て・赤ちゃんとの生活

④禁酒・禁煙の話、母乳育児、出産に向けて広場紹介

【時間】①③9時～10時30分 ②④10時40分～12時

【場所】区役所5階母子相談室(会場が変更になる可能性があります)

【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配布)、筆記用具、お茶などの水分



予防接種(定期)

☎ 横浜市予防接種コールセンター Tel 045-330-8561 Fax 045-664-7296

定期の予防接種については、横浜市 WEB 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でお問い合わせください。

※詳細は横浜市 WEB へ

母子健康手帳の交付

☎ 子育て支援担当 Tel 045-367-5760 Fax 045-367-2943

区役所4階40番窓口で交付します。【対象】区内在住者

子育て支援者の子育て相談

☎ 子育て支援担当 Tel 045-367-5778 Fax 045-367-2943

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。※詳細(日時、場所等)は瀬谷区 WEB へ

交流事業等

☎ 子育て支援担当 Tel 045-367-5778 Fax 045-367-2943

●赤ちゃん教室 予約制

0歳(第1子)のこどもと養育者を対象に、地域ケアプラザ等で教室を開催しています。

●ぶちママの会

10代～20代前半の妊婦さんや養育者を対象に、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 WEB に掲載しているほか、区内公共施設等で配布しています。

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	問合せ先
		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3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、体重が増えているか)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(母乳相談)	24日(金)	22日(金)	19日(金)	17日(金)	28日(金)	25日(金)	16日(金)	27日(金)	18日(金)	22日(金)	19日(金)	19日(金)	受付 13時30分～15時	子育て支援担当 ☎045-367-5778
こどもの食事相談	お子さん(0歳～18歳)の食生活について、個別に相談を受けています。	17日(金)	22日(金)	26日(金)	17日(金)	21日(金)	18日(金)	23日(金)	20日(金)	18日(金)	15日(金)	19日(金)	19日(金)	受付 9時～11時	健康づくり係 ☎045-367-5746
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お話、調理実演等を行います。 【持ち物】受付時にご案内	17日(金)	22日(金)	26日(金)	17日(金)	21日(金)	18日(金)	23日(金)	20日(金)	18日(金)	15日(金)	19日(金)	19日(金)	13時30分～15時	
1歳児食と歯の元気教室	1歳～1歳4か月児の養育者を対象に、幼児食と歯みがきについてのお話・実演等を行います。 【持ち物】受付時にご案内		8日(金)	2日(火)	10日(金)		4日(金)		6日(金)	1日(火)		2日(火)	2日(火)	10時～11時30分	
乳幼児歯科相談・妊産婦歯科相談	0歳～未就学児の歯科健診・歯科相談・歯みがきなどのアドバイスを行います。また、妊娠中～産後1年未満の人を対象に歯科相談を行います。 【持ち物】母子健康手帳、使用中の歯ブラシ	15日(水)	13日(水)	24日(水)	15日(水)	26日(水)	16日(水)	21日(水)	18日(水)	23日(水)	20日(水)	24日(水)	24日(水)	13時30分～15時 ※前日までの予約制	子育て支援担当 ☎045-367-5760
こども家庭相談	電話による乳幼児期から、学齢、思春期(18歳まで)のさまざまな相談を受けています。(面談は要予約)	月～金曜日(祝日を除く)												8時45分～17時 ※12時～13時を除く	子育て支援担当 ☎045-367-5747
こどもからの相談	18歳までのお子さん自身からの、親子関係や家族の悩みなど、さまざまな相談を受けています。	月～金曜日(祝日を除く)												8時45分～17時 ※12時～13時を除く	こどもの権利擁護担当 ☎045-367-5609
若者のための専門相談	15歳～39歳の若者とそのご家族、また支援者や地域の人などを対象に若者のさまざまな問題について相談を受けています。(面談は要予約)	7日(火)	12日(火)	2日(火)	7日(火)	4日(火)	1日(火)	6日(火)	10日(火)	1日(火)	5日(火)	2日(火)	2日(火)	13時30分～16時20分	よこはま西部ユースプラザ ☎045-744-8344
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。(要予約)	月～金曜日(祝日を除く)												9時～17時 ※12時～13時を除く	子育て支援担当 ☎045-367-5778
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。	月～金曜日(祝日を除く)												9時30分～16時30分 ※12時～13時を除く	子育て支援担当 ☎045-367-5703

がん検診 職場のがん検診等、ほかに受診機会のない人が対象です。 ☎健康づくり係 ☎045-367-5744 ☎045-365-5718

【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9年4月1日時点で65歳以上の人【持ち物】年齢を確認できるもの ②生活保護世帯の人【持ち物】休日・夜間等診療依頼証
- ③令和7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】マイナ保険証または資格確認書等
- 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

●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 WEB または健康づくり係までお問い合わせください。

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	2,500円(エックス線検査または内視鏡検査)	子宮頸がん	30歳～60歳の女性	5年度に1回(※1)	HPV検査単独法(※2) 2,000円
肺がん	40歳以上	1年度に1回	680円(胸部エックス線検査)		20歳～29歳、61歳以上の女性	2年度に1回	細胞診 1,360円
大腸がん			無料(便検査)	乳がん	40歳以上の女性	2年度に1回	マンモグラフィ検査 680円
				前立腺がん(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】※1 2回目以降の受診時期は、年齢・検査結果に応じて異なります。 ※2 令和6年度までに横浜市子宮頸がん検診を受診した人は令和8年度に受診できます。

- 子宮頸がんのHPV検査に限り、対象者に「受診券バーコードシール」が送付されますが、他のがん検診の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。
- 65歳以上のがん検診精密検査は無料になる場合があります。
- 遺伝性のがんに関する検査及び定期的な検査の費用を助成します。
- 本内容は変更になる場合があります。



健康相談 予約制 ☎健康づくり係 ☎045-367-5744 ☎045-365-5718

●生活習慣病予防のための相談・禁煙相談 月2回 ※日程は、毎月の広報よこはま瀬谷区版をご覧ください。

【時間】予約時に相談 【会場】区役所内 【内容】食事や運動習慣、禁煙、口腔ケアのことなど、保健師・栄養士・歯科衛生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 ☎045-367-5744 ☎045-365-5718

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 WEB または健康づくり係までお問い合わせください。

HIV(エイズ)・梅毒(性感染症)等の検査 ※費用無料、匿名での受付 予約制 ☎健康づくり係 ☎045-367-5744 ☎045-365-5718

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(瀬谷区役所)	月1～2回 月曜日(祝日・年末年始を除く) 9時30分～10時10分	瀬谷区二ツ橋町190 健康づくり係 ☎045-367-5744 ※前週の金曜日15時30分までに予約。HIV検査と梅毒検査は同時実施となります。1種類のみ検査のお申し込みはできません。
港町診療所(横浜市夜間検査)	原則、第1・第3水曜日 即日検査 18時30分～20時30分	神奈川区金港町7-6 横浜市 WEB より予約。※検査日約2週間前より予約開始。

HIV(エイズ)に関する情報は、横浜AIDS市民活動センター(☎045-650-5421 ☎045-650-5422)、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。 ※詳細は横浜市 WEB へ

結核定期健康診断 ☎健康づくり係 ☎045-367-5744 ☎045-365-5718

- 【対象】区内在住の胸部エックス線検査を受ける機会のない16歳以上の生活保護受給者等または65歳以上の人
- 【持ち物】氏名・年齢・住所がわかる本人確認書類(生活保護受給者は、休日・夜間等診療依頼証、生活保護費支給証、生活保護受給証明書のいずれか) ※申込時・受診時ともに必要。
- 【申込み】区役所健康づくり係(4階44番窓口)で受診票の発行手続きを受けてください。その際に受診医療機関をご案内します。

外国出生者結核検診 ☎健康づくり係 ☎045-367-5744 ☎045-365-5718

- 【対象】区内在住の胸部エックス線検査を受ける機会のない16歳以上の「結核高まん延国」出生者
- 【申込期間】令和8年4月1日～令和9年2月26日
- 【検診期間】令和8年4月1日～令和9年2月27日
- 【持ち物】氏名・年齢・住所がわかる本人確認書類
- 【申込み】区役所健康づくり係(4階44番窓口)にお越しください。その際に受診医療機関をご案内します。

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 ☎045-664-2606
〔国民健康保険特定健康診査〕☎045-664-0403 〔横浜市健康診査〕☎045-663-4469

健診名	対象	費用	受診回数	受診方法	備考
国民健康保険特定健康診査	横浜市国民健康保険に加入している、40歳～74歳の人	無料	年度内に1回 令和8年4月1日～令和9年3月31日	健康診査実施医療機関に電話等で予約 受診の際は、「特定健康診査受診券」、記入済の「問診票」、「マイナ保険証または資格確認書」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(☎045-367-5725)での申請が必要です。
横浜市健康診査	①後期高齢者医療制度加入者 ②40歳以上の生活保護受給者 ③40歳以上の中国残留邦人支援給付制度適用の人			健康診査実施医療機関に電話等で予約 受診の際は、①はマイナ保険証、資格確認書のいずれか ②は休日・夜間等診療依頼証 ③は本人確認証を提示します。	受診券はありません。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)

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、ご希望に応じて、医療機関の地図や情報などをFAXで送ります。
☎045-201-8712 ☎045-201-8768
【受付時間】月曜日～金曜日(祝日・年末年始を除く) 9時～17時(12時～13時を除く)
※詳細は横浜市 WEB へ

●横浜市医療安全相談窓口

☎045-671-3500 ☎045-663-7327
✉ir-iryosoudan@city.yokohama.lg.jp
【受付時間】月曜日～金曜日(祝日・年末年始を除く) 8時45分～16時

高齢者

介護保険サービスの申請

☎介護保険担当 ☎045-367-5714 ☎045-364-2346

区役所4階40番窓口または地域ケアプラザで申請できます。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】・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
- ・65歳以上の人：介護保険被保険者証
 - ・40歳～64歳の人：介護保険被保険者証(あれば)、健康保険の内容が確認できるもの

高齢者見守りキーホルダー「せや八福札」

☎高齢者支援担当 ☎045-367-5716 ☎045-364-2346

外出先で万が一救急搬送されたり、保護されたりしたときなどに、病院や警察が家族と連絡をとれるよう、外出時に携帯できるキーホルダーを配付しています。



- 【対象】区内在住の原則65歳以上の希望者
【申込み】お住まいの地区を担当する地域ケアプラザ

介護保険外の在宅要介護高齢者等に対するサービス

☎高齢者支援担当 ☎045-367-5716 ☎045-364-2346

●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 ☎045-367-5716	2,000円/回
瀬谷区生活衛生協議会サービス事業	上記「横浜市事業」の対象外(65歳未満等)の人	理容組合 白川 ☎045-364-1964	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 ☎045-367-5716 ☎045-364-2346

●認知症高齢者等SOSネットワーク事業

区内在住の認知症高齢者等が道に迷ったり、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・見守りをを行います。事前登録は、区役所やお住まいの地区を担当する地域ケアプラザで受け付けています。

●よこはま認知症コールセンター ☎045-662-7833

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・木・金曜日 10時～16時(祝日を含む、年末年始を除く)

種類	内容	日時
専門医による「もの忘れ相談」 予約制	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 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 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」 予約制	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、カウンセラーが相談を受けています。	原則 奇数月の第3火曜日 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 ☎045-367-5715 ☎045-364-2346

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、知的・精神障害があると判定・診断されている人または難病患者等
【利用できるサービス】介護給付(ヘルパー等)、訓練等給付(就労継続支援等)、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 ☎045-367-5715 ☎045-364-2346

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、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、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において、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 ☎045-367-5755 ☎045-364-2346

種類	内容	日時
精神保健福祉相談 予約制	こころの病気がどうか不安なとき、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 予約制	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が、専門医に相談できます。	月3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通して、生活リズムを身に付け、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。	第2・第3金曜日 9時30分～11時(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通して病気の理解を深め、回復への道を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 13時30分～16時
アディクション家族教室	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。	奇数月の第3金曜日 14時～16時

相談機関

- 瀬谷区基幹相談支援センター(身体・知的・精神) ☎045-274-8300 ☎045-274-8301
【相談受付】月曜日～金曜日 9時～17時(祝日・年末年始を除く)
- 瀬谷区生活支援センター(精神) ☎045-363-8900 ☎045-392-1114
【相談受付】月曜日～土曜日 9時30分～16時30分(年末年始を除く)
- こころの電話相談(横浜市こころの健康相談センター) ☎045-662-3522
【相談受付】平日 17時～21時30分 土日・祝日・年末年始 8時45分～21時30分

難病等患者交流会「亀の会」

☎障害者支援担当・高齢者支援担当 ☎045-367-5716 ☎045-364-2346

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】原則として、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 ☎045-367-5716 ☎045-364-2346

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の支援をします。	水曜日(月3～4回) 13時30分～15時	二ツ橋第二地域 ケアプラザほか	市内在住、脳卒中等の既往のある、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。高次脳機能障害のある人の専門相談も行っています。	月曜日～金曜日 10時～15時	ワンステップ瀬谷(☎045-360-1408)	

小児医療費助成

☎保険係 ☎045-367-5727 ☎045-362-2420

健康保険に加入しているお子さん(0歳～中学3年生まで)が、病気やけがで医療機関にかかったときの保険診療の自己負担額を助成します。保険係で申請してください。

【持ち物】お子さんの健康保険の内容が確認できるもの

※令和8年6月1日から対象年齢が「0歳～18歳まで」に拡大されます。

ひとり親家庭等医療費助成

☎保険係 ☎045-367-5727 ☎045-362-2420

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方が、病気やけがで医療機関にかかったときの保険診療の自己負担額を助成します。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の内容が確認できるものが必要です。※所得制限があります。

高額療養費の支給申請方法

☎保険係 ☎045-367-5727 ☎045-362-2420

●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、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、原則として受診月から2～3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。

●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を送付しますので、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。

飼い犬の手続きや散歩マナー

☎生活衛生係 ☎045-367-5751 ☎045-367-2843

●新しく犬を飼った場合

狂犬病予防法に基づく登録手続きをしてください(電子申請・届出システムまたは生活衛生課窓口)。

マイクロチップが装着されている場合は、その情報も確認しますので、チップ番号や装着された場所(自治体)などがわかる資料もお持ちください。他自治体で登録が済んだ状態になっている場合があり、その際は変更の手続きが必要になります。また、毎年の狂犬病予防注射と注射済票の交付手続きも忘れずに実施してください。必要な手続きの詳細は、横浜市 [WEB](#) をご覧ください。



マナーを守ったお散歩をお願いします。

散歩中の咬みつき事故が発生しています。リード(引き綱)を短く持ち、犬や周囲の状況に注意を払いましょう。

他人の家や公共の場所を汚さないよう、排せつは家で済ませるトレーニングをしましょう。そのうえで、フンをしたら必ず持ち帰り、尿はマナーベルトやペットシートを使って対策しましょう。

食中毒に注意しましょう!

☎生活衛生係 ☎045-367-5751 ☎045-367-2843

●カンピロバクターによる食中毒

生や加熱不足の鶏肉料理(鳥刺し、鳥わさ、半生のレバー料理や焼き鳥など)を原因とするカンピロバクター食中毒が、季節を問わず発生しています。十分に加熱された鶏肉を食べましょう。少ない菌数でも発症するので、食材同士や手指からの二次感染にも注意が必要です。症状は発熱、腹痛、下痢、嘔吐、頭痛などで、多くは1週間程度で改善しますが、重症化することもあります。

生の肉には、もともと動物が保有していた食中毒菌が付着していることがあり、「新鮮だから安全」とは限りません。



予防方法

二次汚染防止

保存時や調理時に、肉と他の食材(野菜、果物等)との接触を防ぎ、調理器具も使い分けましょう。

加熱調理

中心部まで十分に加熱(75℃以上で1分間以上)しましょう。

洗浄・消毒

肉を触った手は、石鹸でしっかり洗いましょう。調理器具は台所用洗剤でよく洗い、アルコール等で消毒しましょう。

確認

肉の中心部まで十分加熱されているか確認してから食べましょう。

急病時のご相談・救急医療機関の案内

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・年末年始(12月30日～令和9年1月3日) 10時～16時	☎045-360-8666 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)	☎045-806-0921 泉区和泉中央北五丁目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) 日曜日・祝日・年末年始(12月29日～令和9年1月4日) 10時～16時 (受付は15時30分まで)	☎045-201-7737 中区相生町6-107

●救急相談センター(#7119)

病気やけがで迷ったら、☎#7119(または☎045-232-7119、☎045-523-7119)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」を電話で相談できます。



かながわ救急相談センター
(救急医療相談・医療機関案内)

年中無休
24時間対応

電話から

シャープ # 7 1 1 9

または
直通
ダイヤル

045-232-7119
045-523-7119

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

予防接種

予防接種に関する横浜市からのお知らせについては、横浜市 [WEB](#) をご確認ください。



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。※詳細は瀬谷区 [WEB](#) へ

