

# 健康のページ

## 保健福祉センター

- 健**:健康づくり推進課 ☎(260)5661~3
- す**:すくすく子育て課 ☎(260)5609
- 高**:高齢福祉課 ☎(260)5611~3
- 障**:障がい福祉課 ☎(260)5665

※車でのご来場はご遠慮ください。

## 子どもの健診ほか

### 定期健診

いずれも母子健康手帳、必要事項を記載し予防接種・健診番号シールを貼った健康診査票。

## 健 集団がん検診

5ポイント

検診日/定員▶①11/17(日)(午後のみ)/65人(保育あり)②生後6か月以上の未就学児③45人・④29(金)/200人(いずれも定員を超えた場合は抽選)⑤①渋谷学習センター、②保健福祉センター⑥2019年度がん検診受診券(3月末に送付済み)⑦10/10(木)(必着)までに検診日、検査項目(複数選択可)、郵便番号、住所、氏名、生年月日、年齢、電話番号(①で保育希望の場合は子の年齢と人数も)を記載し、ファクス(260)1156またははがきで〒242-8601保健福祉センター健康づくり推進課へ。電話または市のホームページから電子申請も可/注意▶対象年齢は来年4/1時点の年齢です。現在、胃腸病や心臓病、高血圧などで治療中または経過観察中の人は、必ず主治医に確認してから申し込んでください。このほか、健康状態によって受診できない場合があります。詳しくはお問い合わせください。

検査項目	費用	対象	① 11/17	② 11/29
肺がん	500円	40歳以上		○
胃がん(バリウム)	1,200円		○	
大腸がん	500円		○	
乳がんマンモグラフィ	2,000円	40歳以上の女性	○	○
乳がん超音波	1,200円	30~39歳の女性	○	○
子宮頸がん(細胞診)	900円	20歳以上の女性	○	○

※乳がんマンモグラフィと併用していた視触診は実施しません。  
※肺がん検診で、問診の結果たんの検査が必要と判断された場合は800円追加。  
※受診は協力医療機関での施設検診も含めて各項目とも年度に1回です。申し込み後の日程変更はご遠慮ください。  
※協力医療機関での施設検診も実施しています(費用などが異なります)。詳しくは、3月末にがん検診受診券と併せて送付した「2019年度大和市検診・健診ガイド」をごらんください。

### ②と同時に結核検診(胸部レントゲン)を実施

対16歳以上の市内在住者(肺がん検診対象者と会社などで受診できる人を除く)申要問い合わせ。

### ■4か月児健診

日11/12(火)・22(金)・27(水)(3日間のうち個別通知で案内した日)/受け付け▶いずれも12:30~13:30保健福祉センター対今年7月に生まれた市内在住の子持バスタオル、4か月児健康診査アンケート申不要。

### ■8か月児健診(協力医療機関へ)

対生後8~10か月の市内在住の子持健康保険証申受診日時などは協力医療機関で確認。

### ■1歳6か月児健診(協力医療機関へ)

対1歳6か月~1歳8か月の市内在住の子持健康保険証申受診日時などは協力医療機関で確認。

### ■1歳6か月児歯科健診

日11/7・21いずれも木曜日(2日間のうち個別通知で案内した日)/受け付け▶9:00~9:45場地域医療センター対平成30年5月に生まれた市内在住の子持子どもの歯ブラシ、歯科健康診査アンケート申不要。

### ■3歳6か月児健診

日10/31、11/14いずれも木曜日(2日間のうち個別通知で案内した日)/受け付け▶12:30~13:30場地域医療センター対平成28年5月に生まれた市内在住の子持送付した容器に入れた尿、3歳6か月児健康診査アンケート、視力と聴力の調査票申不要。

## 障 心身障がい者(児) 歯科健診

5ポイント

歯科健診、口腔内の相談、ブラッシング指導(治療が必要な場合は医療機関を紹介)日11/14(木)13:00~16:00場保健福祉センター対歯科医院での受診が困難な市内在住の身体・知的・精神障がい者(児)対先着5人申10/25(金)までに直接または電話で。

## 予防接種

### 健 定期接種(協力医療機関へ)

B型肝炎、ヒブ、小児用肺炎球菌、BCG、4種混合、麻しん風しん(1期・2期)、水痘、日本脳炎(1期・2期)、2期ジフテリア・破傷風  
各予防接種の対象年齢になったら、早めに受けましょう。対象年齢、接種間隔などの注意点、協力医療機関は市からのお知らせや市のホームページで確認してください。

いずれも市に住民登録をしている子または出入国管理及び難民認定法の規定により仮放免され市内に居住している子(転出確定日以降の接種、外国籍の人で在留期間が過ぎてからの接種は全額自費となります)持予診票(予防接種・健診番号シールを貼るか同番号を記載)、母子健康手帳、健康保険証。※やむを得ず協力医療機関以外で受ける必要がある場合や、長期にわたり療養を必要とする疾病などにより対象年齢内に接種を受けられなかった場合は、お問い合わせください。※子宮頸がん予防接種は積極的な勧奨を差し控えています。詳しくは、お問い合わせください。

### 健 風しん予防接種(協力医療機関での任意接種)費用を助成

助成額▶麻しん風しん混合(MR)ワクチンは6,000円、風しん単体ワクチンは4,000円対19歳以上の市内在住者で、①妊娠を希望する女性、②妊婦の夫(風しんを含むワクチンを2回以上接種済

みの人、本制度を利用済みの人、風しんに罹患した人、昭和37年4/2~昭和54年4/1生まれの男性を除く)場接種費用(医療機関により異なる)から助成額を引いた額場市から送付する書類、健康保険証、自身の母子健康手帳。②は生まれてくる子の母子健康手帳も申申請書を郵送で〒242-8601保健福祉センター健康づくり推進課へ。ファクス(260)1156または市のホームページから電子申請、電話も可。※必ず医療機関へ予約する前に申請してください。申請後10日前後で市から書類を送付します。※申請書は市のホームページからダウンロードできます。

## 教室・相談

### 高 介護者教室

いずれも市内在住の介護者など/①運転をあきらめない、安全運転を続けるための自己研修▶長く運転するために知っておくべきこと、認知症予防体操日10/15(火)13:30~15:00場サンホーム鶴間(西鶴間8-1-2)対先着20人場NPO法人高齢者安全運転支援研究会 平塚雅之氏・平塚喜之氏日10/10(木)までに電話で鶴間地域包括支援センター(サンホーム鶴間)☎(271)2770へ/②食と健康~健康寿命をのばすには食事が大事▶配食サービスの管理栄養士がアドバイス日10/16(水)10:00~12:00場大和YMCA(大和東3-3-16)対先着18人場宅配クック123 管理栄養士申電話で深見大和地域包括支援センター(大和YMCA)☎(264)3192へ/③自分らしく生きるための『終活』▶エンディングノートの活用方法など日10/25(金)14:00~15:00場ロゼホームつきみ野(下鶴間418-2)対先着20

人場市職員申電話で下鶴間つきみ野地域包括支援センター(ロゼホームつきみ野)☎(272)7061へ。

### す 育児相談

①③保健師、管理栄養士による健康や育児、食事などの相談、②小児科医師による健康などの相談日①10/18(金)・②21(月)・③28(月)いずれも9:30~10:30(③は11:00まで)場①渋谷学習センター、②子育て支援センター、③保健福祉センター対市内在住者持母子健康手帳申①②不要、③電話で。※電話相談は随時受け付け。

### す プレママ・パパ教室

①妊娠中の健康管理と育児・妊婦体験、②妊娠中の食事や栄養、離乳食のつぶし方体験、③妊婦体操、出産の流れと過ごし方、④赤ちゃん・産後のお母さんの体調管理、お風呂の入れ方日①11/6(水)・②13(水)・③18(月)、④12/4(水)13:15~15:15(①は15:30まで・全4回)場ポラリス対市内在住の初妊婦(出産予定月が来年3~5月頃)と夫対先着30組持母子健康手帳、筆記用具(③はバスタオルも。運動ができる服装で)申電話で。

### す もぐもぐ(ごっくん)かみかみ教室

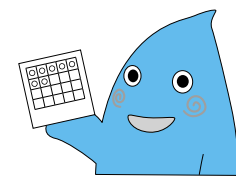
離乳食の進め方と育児について(①はつぶし方体験あり、②は試食あり)日①11/13(水)・②19(火)いずれも13:30~15:00場①ポラリス、②保健福祉センター対市内在住の①生後4~5か月(離乳食開始前)、②生後6~8か月(離乳食開始後)の第一子の保護者(子ども同伴可)対先着20人持母子健康手帳、筆記用具、バスタオル申電話で。

## 健「季節性インフルエンザ」の予防接種を開始

「季節性インフルエンザ」の予防接種を10/1(火)から開始します。本人が接種を希望する場合は協力医療機関で受けることができます(義務ではありません)。本人の接種希望の意思が確認できない(家族の希望で接種する)場合は全額本人負担です。接種回数は1回です。協力医療機関で事前に日時などを確認して受けてください日12/31(火)まで場市内の協力医療機関対大和市に住民登録をしている①65歳以上の人・②60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に身体障害者手帳1級程度の障がいがある人場2,000円(対象者で、生活保護受給者と中国残留邦人等は無料)場健康保険証、体温計。②は同手帳または診断書も。生活保護受給者は生活保護費受給票、中国残留邦人等は本人確認証も。※接種の前に、協力医療機関にある「季節性インフルエンザ予防接種のお知らせ」を必ず読んでください。

## 健 ヤマトン健康ポイントにご応募を

次の応募締め切りは10/10(木)です。景品はお米です。たくさんの応募をお待ちしています。※今号の広報やまとと併せてポイントカードを自治会経由で配布しますので、ご活用ください。



## 健 献血にご協力ください

日10/25(金)①10:00~11:30・②13:30~16:00、③26(土)10:00~12:00・13:30~16:00場①保健福祉センター駐車場、②市役所本庁舎正面玄関前、③桜ヶ丘中央病院第一駐車場(福田1-7-1)。

## 国保健康づくり教室

☎(260)5115 保険年金課

「すっきりボディを手に入れよう!体引き締めエクササイズ」。①全身に効果的なエクササイズ、②アウター、インナーマッスルを意識したエクササイズ日①11/9(土)・②12(火)いずれも10:00~12:00場大和スポーツセンター対市内在住者対先着20人程度申10/18(金)までに直接または電話で市役所保険年金課へ。

## 高 脳とからだの健康チェック

3ポイント

認知機能低下の予防・早期発見のためのチェック。タブレット端末を使った認知機能検査、体力測定、認知症予防に関する話など日下表参照(各回90分程度)場65歳以上の市内在住者対各回先着2人(28日は各回先着1人)申電話で。※結果は後日郵送。



とき	ところ	
11/11(月)	9:30~11:00	渋谷学習センター
13(水)	11:00~13:30	シリウス6階
	13:30~15:00	生涯学習センター
28(木)	15:00~	保健福祉センター