

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)5612
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

す 定期健診

いずれも **持** 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。
■4か月児健診
日4/10(金)・22(水)・28(火) (3日間のうち個別通知で案内した日)／受け付け▶9:00～9:45 **対** 平成30年10月に生まれた市内在住の子 **場** 地域医療センター **持** 子どもの歯ブラシ、歯科健康診査アンケート **申** 不要。

ち個別通知で案内した日)／受け付け▶いずれも12:30～13:30 **対** 昨年12月に生まれた市内在住の子 **場** 保健福祉センター **問** 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4/9・23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 **対** 平成30年10月に生まれた市内在住の子 **場** 地域医療センター **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4/16・30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 **対** 平成28年10月に生まれた市内在住の子 **場** 地域医療センター

健 集団がん検診

5才以上

いずれも **場** 保健福祉センター(24日の乳がんマンモグラフィは地域医療センターになる場合があります。詳しくは申し込み後に送付される受診通知をごらんください) **持** 令和2年度がん検診受診券(3月下旬郵送予定) **申** 3/10(火) (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。

検診日／定員	検査項目	費用	対象
4/23(木)・24(金) ／各200人	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	40歳以上の女性
	乳がんマンモグラフィ	2,000円	
	子宮頸がん(細胞診)	900円	20歳以上の女性

※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。
※令和2年度の施設検診は4/1(水)から開始します。詳しくは、がん検診受診券と併せて送付する「令和2年度大和市検診・健診ガイド」をごらんください。

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。

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 障がい者(児) 歯科健診

5才以上

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** 4/9(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) **定** 先着5人 **申** 3/19(木)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)

母子健康手帳の予防接種欄を確認し、「予防接種と子どもの健康」、「お知らせ」を読み、十分に理解したうえで受けてください。予防接種は健康なときに受けましょう。対象年齢になったら、接種間隔などに注意し、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。
いずれも **対** 大和市に住民登録をしている子または出入国管理およ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 **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。
※各予防接種とも予診票がない人や予防接種・健診番号が分からない人はお問い合わせください。
※次の場合は、接種前に健康づくり推進課へご連絡ください／①保護者以外が同伴する(保護者同伴が原則ですが、子どもの健康状態が分かる親族でも同伴可。保護者の委任状が必要)、②やむを得ない理由により他市町村で受ける。または、長期にわたり療養を必要とする疾病にかかり、対象期間内に接種を受けられなかった(市が発行する「依頼書」が必要)。
◎B型肝炎
対 1歳未満の子(3回接種。2回目は1回目から27日以上、3回目は1回目から139日以上の間隔を空ける。標準的な接種時期は生後2か月以上9か月未満)。
◎ヒブ、小児用肺炎球菌
対 生後2か月以上5歳未満の子。
※対象年齢により接種回数・間隔が異なります。
◎BCG
対 生後3か月以上1歳未満の子(1回接

種・標準的な接種時期は生後5か月以上8か月未満)。
◎4種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ)
対 生後3か月以上7歳6か月未満の子(初回は3～8週の間隔で3回接種、追加は初回の3回目終了後1年以上経過して1回接種)。
◎麻しん(はしか)・風しん
対 1期▶1歳以上2歳未満の子。
2期▶平成25年4/2～同26年4/1生まれの子。
※麻しん風しん混合(MR)ワクチンを1回接種(麻しん・風しん単独ワクチンを希望する場合はそれぞれ1回ずつ接種)。
※2期の対象者の接種期間は3/31(火)まで(対象者には予診票などを昨年3月末に送付済み)。
◎水痘(水ぼうそう)
対 1歳以上3歳未満の子(初回は1回接種、追加は6か月～1年後に1回接種)。
◎日本脳炎
対 1期▶3歳以上7歳6か月未満の子(初回は1週～4週の間隔で2回接種、追加は概ね1年後に1回接種)。
2期▶9歳以上13歳未満の子。
※平成19年4/2～同21年10/1生まれで、1期が終了していない人は、終了していない1期分を受けられます。
特例▶平成19年4/1以前の生まれで、4回接種を受けていない人は、残りの回数の接種を20歳未満まで受けられます。
◎2期ジフテリア・破傷風
対 11歳以上13歳未満の子(1回接種・平成20年4/1以前に生まれた子には予診票などを送付済み)。
◎HPV(子宮頸がん予防)
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 **持** 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

す 育児相談

対 保健福祉センター **対** 市内在住者 **持** 母子健康手帳 **申** 電話で。※電話相談は随時受け付け。
中止になりました

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** ①4/14(火)・②20(月)、③5/1(金)・④13(水)9:15～11:15(①は11:45まで・全4回) **場** 保健福祉センター(②は地域医療センター) **対** 市内在住の初妊婦(出産予定月8～10月)と夫 **定** 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** ①4/20(月)9:45～11:15・②21(火)13:30～15:00 **場** ①地域医療センター、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) **定** 各先着20人 **持** 母子健康手帳、筆記用具、バスタオル **申** 電話で。

その他

健 健康普及員OB会 ウォーキング

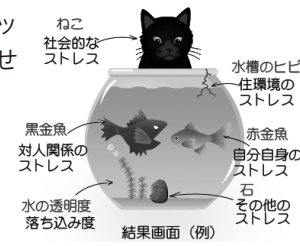
3才以上

「大和市ウォーキングマップ2019」を利用して歩く／いずれも **日** 10:00～12:00(予定・雨天中止) **場** 大和市健康普及員OB会 **持** 飲み物、帽子 **申** 不要／北部神社・仏閣めぐりコース▶ **日** 4/11(土) **場** つきみ野駅集合・解散／自然の森・さくらの

散歩道コース▶ **日** 5/9(土) **場** 中央林間東急スクエア前集合・解散／史跡と野鳥さえずる自然の森コース▶ **日** 6/13(土) **場** 高座渋谷駅東口集合・解散／泉の森自然観察コース▶ **日** 7/11(土) **場** 大和駅西側プロムナード集合・解散。

障 「こころの体温計」でストレスチェック

「こころの体温計」は、簡単な質問に答えることでストレス度をチェックできるシステムです。本人モード、家族モード、赤ちゃんママモード、ストレス対処タイプテスト、アルコールチェックモードの5つがあります。パソコン、スマートフォン、携帯電話から気軽にチェックしてみませんか。



健 ヤマトン健康ポイントの失効にご注意を

2019年度(2019年4/1～2020年3/31)にためたポイントは、2020年度には繰り越せません。3月末までに20ポイントたまれば抽選に応募できます(応募締め切りは4/10(金))。

高 脳とからだの健康チェック

3才以上

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) **対** 65歳以上の市内在住者 **定** 各回先着1人(15日・21日は各回先着2人) **申** 電話で。※結果は後日郵送。

と き		と ころ
4/7(火)	9:30～・11:00～・13:30～・15:00～	保健福祉センター
9(木)		
13(月)		
15(水)		シリウス6階 生涯学習センター
17(金)		保健福祉センター
20(月)		渋谷学習センター
21(火)		