

健康のページ

保健福祉センター

- す：すくすく子育て課 ☎(260)5609
- 医：医療健診課 ☎(260)5662
- 健：健康づくり推進課 ☎(260)5663
- 障：障がい福祉課 ☎(260)5665
- 人：人生100年推進課 ☎(260)5612

※車でのご来場はご遠慮ください。

子どもの健診ほか

障 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9/8(木)13:00~16:00 保健福祉センター 歯科健診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 日8/31(水)までに直接または電話で。

教室・相談

す 育児相談
保健師、管理栄養士による健康や育児、食事などの相談 日①8/16(火)・②29(月)・③9/5(月)いずれも9:30~10:30 場①渋谷学習センター、②シリウス3階屋内こども広場、③地域医療センター 対市内在住者 親(子)健康手帳 申直接または電話、ウェブ予約で。※電話相談は随時受け付け。

人 認知症カフェ
物忘れのある本人とその家族を中心に、専門職、ボランティアなどが交流する 対いずれも物忘れのある本人とその家族、地域住民など(③は南林間・林間エリア在住者) 定①10人、②③各15人/①野ばらカフェ▶日8/16(火)14:00~15:30 場口ゼホームつきみ野(下鶴間418-2) 申電話で下鶴間つきみ野地域包括支援センター(口ゼホームつきみ野)☎(272)7061へ/②クローバーカフェ▶日8/21(日)13:30~15:00 場サンホーム鶴間(西鶴

間8-1-2) 日8/20(土)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/③カフェさくら▶日9/1(木)14:00~15:00 場南林間地域包括支援センター(南林間1-4-18ジュネス南林間2-1) 日8/31(水)までに電話で南林間地域包括支援センター(サンホーム鶴間)☎(271)5706へ。

す 2歳児歯科相談
歯科医師による診察、育児や栄養、歯の個別相談 日8/17(水)13:00~13:30 場いずれも地域医療センター 対市内在住の2歳~2歳11か月の子と保護者 定各先着15組 持親子(母子)健康手帳、子どもの歯ブラシ 申直接または電話、ウェブ予約で。

健 シリウス、ポラリスで健康度チェック 1ポイント
体組成計、骨健康度測定器、電動血圧計などで測定し、保健師などからアドバイスを受ける 日①8/19(金)・②25(木)いずれも9:30~13:00(1回30分) 場①ポラリス健康度測定コーナー、②シリウス4階健康

度見える化コーナー 対市内在住者 定各回先着2人 申各開催日の前日までに電話で。

す 1歳児育児教室 1ポイント
育児と食事、卒乳、トイレトレーニング 日①8/19、②9/9いずれも金曜日10:00~11:30 場①子育て支援センター、②地域医療センター 対市内在住の1歳~1歳3か月の子と保護者 定各先着15組 持親子(母子)健康手帳、筆記用具 申直接または電話、ウェブ予約で。

す 幼児のおべんとう教室 1ポイント
日8/23(火)13:30~15:00 場地域医療センター 対市内在住の3歳以上の未就学児と保護者(保護者のみの参加も可) 定先着15組 持親子(母子)健康手帳、筆記用具、飲み物(水またはお茶) 申直接または電話、ウェブ予約で。

人 公認心理師による認知症相談・介護者交流会
いずれも 対認知症の人を介護する家族など(本人または家族のどちらかが市内

医 集団がん検診 5ポイント

日①9/24(土)、②10/4(火)・③11(火)・④15(土)(④は午後のみ) 場①~③保健福祉センター(①の乳がんマンモグラフィは地域医療センター)、④地域医療センター 定①~③各200人、④65人(いずれも定員を超えた場合は抽選。④は保育あり 対生後6か月以上の未就学児 定45人) 持令和4年度がん検診受診券 申①②8/10(水)・③④22(月)(いずれも必着)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(④で保育希望の場合は子の人数と年齢も)を記載し、ファクス(260)1156またははがきで〒242-8601保健福祉センター医療健診課へ。市のホームページから電子申請または電話も可/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、申し込む前に必ず主治医に相談してください。健康状態によって受診できない場合があります。

検査項目	費用	対象	① 9/24	② 10/4	③ 10/11	④ 10/15
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		○	○	○	○ (女性のみ)
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				○
子宮がん(頸部)	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。
※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)。
※各項目とも、集団検診・施設検診のいずれかを年度に1回受診できます。

①~③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。

在住者) 申電話で/①個別相談▶日8/23、9/6いずれも火曜日13:30~14:30~15:30~(各回40分) 場保健福祉センター 定各回1人/②交流会▶日9/20(火)13:30~15:30 場鶴間コミセン 定10人。

健 介護予防セミナー 3ポイント

①運動からはじめるフレイル予防、②「噛む力」と「飲み込む力」を保ちましょう!~伸ばそう健康長寿 日①8/23(火)14:00~16:00、②9/2(金)10:00~12:00 場いずれもシリウス6階生涯学習センター 対60歳以上の市内在住者 定各先着20人 講①市理学療法士、②市歯科衛生士 持①飲み物、動きやすい服装 申電話で。

人 認知症予防のための運動機器「コグニバイク」にチャレンジ!

ペダルをこぎながらタッチパネルで認知課題に答えるコグニバイク。運動をしながらゲーム感覚で認知症予防に取り組みます 日8/25(木)9:30~10:00~10:

30~11:00~11:30~12:00~12:30~(いずれも30分程度) 場シリウス4階健康度見える化コーナー 対65歳以上の市内在住者 定各先着2人 申電話で。

人 土曜日のケアラズカフェ(介護者のつどい)

介護者どうし語り合う 日9/3(土)13:00~14:30 場下草柳コミセン 対市内在住の介護者など(通い介護などで市外在住の介護者も可) 定先着15人 申電話で上草柳・中央地域包括支援センター(晃風園)☎(263)1108へ。

す プレママ・パパ教室 1ポイント

①妊娠中の食事や栄養、離乳食のつぶし方体験、②妊娠中の健康管理、出産の経過と過ごし方、③育児・妊婦体験、産後の体調管理 日①9/7(水)・②12(月)・③30(金)の9:15~11:15(全3回) 場地域医療センター 対市内在住の初妊婦(出産予定月が来年1~3月)とパートナー(1人での参加も可) 定先着15組 持親子(母子)健康手帳、筆記用具 申直接または電話で。

す もぐもぐ(ごっくん・かみかみ)教室 1ポイント

離乳食の進め方と育児について(①は離乳食のつぶし方体験あり) 日9/7(水)①9:45~11:15・②13:30~15:00 場いずれも地域医療センター 対市内在住で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組 持親子(母子)健康手帳、筆記用具、②は保護者の飲み物も 申直接または電話、ウェブ予約で。

す 自閉症療育講座 1ポイント

「今日から始める自立的な生活~ひとりのできる」を育てる 日9/13(火)10:00~12:00 場オンライン開催(ZOOM) 定先着80人 講(社福)大和しらかし会臨床心理士 申9/8(木)までに大和しらかし会松風園のホームページ内「講座・研修」から。

人 運動による認知症予防セミナー 3ポイント

自宅でも一人でもできるコグニサイズの講座 日9/13(火)14:30~16:30 場ポラリス 対65歳以上の市内在住者 定先着15人 持筆記用具、あればスマートフォンまたはタブレット端末 申電話で。住所、氏名、電話番号を記載し、ファクス(262)0999も可。

県厚木保健福祉事務所 大和センター

〒242-0021中央1-5-26
☎(261)2948 FAX(261)7129

精神保健福祉相談(電話予約)
日9/1(木)・14(水)・29(木)いずれも13:30~15:30 対心の健康について相談したい人。

エイズ検査(電話予約)
日9/6・13・27いずれも火曜日13:10~15:50(相談は毎週月~金曜日8:30~12:00・13:00~17:15)。

認知症相談(電話予約)
日9/16(金)13:30~15:30 対認知症などで困っている人とその家族など。

すこやか療育歯科相談(電話予約)
歯科検診、予防処置、食べ方・飲み方相談 日9/22(木)9:30~15:30 場発達遅れや慢性疾患・障がいがある乳幼児。

B・C型肝炎検査(電話予約)
日9/26(月)9:00~10:30 対39歳以下で市や会社で実施する肝炎ウイルス検査対象外の人。

骨髄ドナー登録のための検査(電話予約)
日9/26(月)10:00~(所要時間約30分)。