

# 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

### 障がい者(児)歯科健診

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8/18(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8/10(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①7/11(月)・②22(金)・③8/8(月)いずれも9:30~10:30 場①③地域医療センター、②子育て支援センター 対市内在住者 持親子(母子)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 介護者教室

いずれも 対市内在住の介護者など/「悪質商法の対処法」▶ 日7/13(水)14:00~15:30 場西鶴間コミセン 定先着15人 持消費生活センター職員 申電話で7/12(火)までに鶴間地域包括支援センター(サンホーム鶴間) ☎(271)2770へ/健康運動教室▶ 日7/28(木)14:00~15:30 場渋谷学習センター 定先着20人 持サン介護マッサージ 渡部克弘氏 申電話で福田南地域包括支援センター(敬愛の園) ☎(269)9001へ/「笑顔の医学と美しい笑

顔の育て方講座▶ 日7/29(金)13:30~15:00 場 プレマ会みなみ風(上草柳164-5) 定先着20人 持看護師 斉藤友子氏 申 7/26(火)までに電話で在宅介護支援センターみなみ風 ☎(264)1000へ。

## 医 集団がん検診

日①8/31(水)・②9/5(月)・③13(火)・④21(水) 場①②保健福祉センター、③④渋谷学習センター 定①②200人、③100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①②7/11(月)・③④7/20(水)(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	①8/31 ②9/5	③9/13	④9/21
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。

①②③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。

## 医 女性のための健康診査

日9/21(水)午前(時間は後日通知) 場渋谷学習センター 対会社や学校などで健康診断を受ける機会がない市内在住の女性 定80人(定員を超えた場合は抽選。保育あり 対生後6か月以上の未就学児 定45人) 申7/11(月)(必着)までに、郵便番号、住所、氏名、生年月日、年齢、電話番号、追加を希望する検査項目(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▶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	
女性健康診査(検尿、血液検査など)	1,500円	昭和58年4/1~平成17年4/1生まれ	
追加で受けられる項目	結核(胸部レントゲン)		無料
追加で受けられる項目	乳がん(超音波)		1,200円
追加で受けられる項目	子宮頸がん(細胞診)	900円	昭和58年4/1~平成15年4/1生まれ

### す 1歳児育児教室

育児と食事、卒乳、トイレトレーニング 日7/12(火)10:00~11:30 場地域医療センター 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 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7/20(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

体組成計、骨健康度測定器、電動血圧計などで測定し、市保健師などからアドバイスを受けられます 日①7/21(木)・②26(火)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 申各開催日までに電話で。

### 人 認知症サポーター養成講座

認知症の人や家族を温かく見守り、支援する応援者となるための講座 日①7/23(土)13:30~15:30・②30(土)10:00~11:30、③8/13(土)13:30~15:00 場①西鶴間コミセン、②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)、③上和田団地集会所(上和田2412) 定①20人、②8人、③10人 持地域包括支援センター職員 申電話で①鶴間地域包括支援センター(サンホーム鶴間) ☎(271)2770、②南林間地域包括支援センター(サンホーム鶴間) ☎(271)5706、③桜丘・和田地域包括支援センター(和喜園) ☎(268)2621へ。

### 人 脳とからだの健康チェック

認知機能低下の予防・早期発見に。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 対65歳以上の市内在住者 定各回先着1人 申各開催日の前日(日曜日の場合はその前の金曜日)15:00までに電話で。※結果は後日郵送。

日時	場所
※時間は9:30~10:40~13:00~14:10~(各回60分程度)	
8/4(木)・8(月)・10(水)・19(金)・23(火)	保健福祉センター
8/24(水)	シリウス6階生涯学習センター
8/25(木)	渋谷学習センター

### 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問題に答えるコグニバイク。ゲーム感覚で楽しく認知症予防に取り組めます 日7/26(火)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。

### す 幼児のおべんとう教室

子どもにおすすめの食事と弁当作り 日7/29(金)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 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。

### す プレママ・パパ教室

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①8/3(水)・②19(金)・③31(水)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12月~来年2月)とパートナー 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

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8/3(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組 持親子(母子)健康手帳、筆記用具、②は飲み物も 申直接または電話、ウェブ予約で。

### 訪問型サービスAヘルパー養成研修 ☎(260)5170 介護保険課

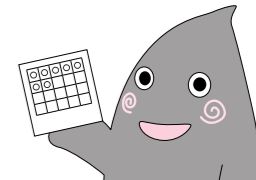
高齢の人に調理や洗濯などの生活援助をする同ヘルパーの資格を取得する 日8/17・24の水曜日9:30~17:30(全2回) 場渋谷学習センター 対市内の事業所で訪問型サービスAヘルパーとしての就労を希望する18歳以上の人 定先着20人 申電話で仮予約のうえ8/8(月)(必着)までに受講申込書を直接または郵送で〒242-8601市役所介護保険課へ。

### 医 献血にご協力ください

日8/19(金)14:15~16:00 場市役所本庁舎正面玄関前 申不要。

### 健 ヤマトン健康ポイントにご応募を

応募締め切りは7/10(日)です。景品はお米(国産5kg)です。また、今回は令和3年度から繰り越しをしたポイントカードの最終応募締め切りです。前回の応募は2,937枚でした。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。



### 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

エイズ検査(電話予約) 日8/2・16・23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。

精神保健福祉相談(電話予約) 日8/4・25いずれも木曜日13:30~15:30 対心の健康について相談したい人。

すこやか療育歯科相談(電話予約) 歯科検診、予防処置、食べ方相談 日8/31(水)9:30~15:30 対発達遅れや慢性疾患・障がいがある乳幼児。