

健康のページ

保健福祉センター

- す** : すすく子育て課 ☎(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

定期健診

4か月児健康診査、1歳6か月児健康診査(歯科)、3歳6か月児健康診査▶対象者に個別通知で案内します/8か月児健康診査、1歳6か月児健康診査(内科)▶協力医療機関で実施しています。

障 障がい者(児)歯科健診 5ポ

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12/8(木)13:00~16:00 保健福祉センター 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11/30(水)までに直接または電話で。

教室・相談

人 認知症カフェ

おれんじカフェ話笑和の輪▶認知症の不安や悩みを気軽に話す 日11/13(日)14:00~16:00 敬愛の園(福田1551) 対 認知症の悩みを抱える本人や家族など 定先着10人 申電話で福田南地域包括支援センター☎(269)9001へ/市場カフェ▶認知症の人や家族、物忘れの心配がある人が気軽に楽しめる場所。相談も可 日11/25(金)13:30~15:00 大和YMCA(大和東3-3-16) 対市内在住者 定先着8人 申電話で深見大和地域包括支援センター☎(264)3192へ。

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①11/15(火)・②25(金)、③12/5(月)いずれも9:30~10:30 場①緑野コミセン、②子育て支援センター、③地域医療センター 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。

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11/16(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。

人 介護者茶話会

介護者どうし自由に話す 日11/16(水)13:30~15:00 場サンホーム鶴間(西鶴間8-1-2) 対市内在住の介護者など 定10人 申電話で鶴間地域包括支援センター☎(271)2770または南林間地域包括支援センター☎(271)5706へ。

医 集団がん検診

日①12/17(土)、②来年1/7(土)・③17(火)・④28(土)(①④は午後のみ) 場①渋谷学習センター、②③保健福祉センター(②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①④各65人、②③各200人(いずれも定員を超えた場合は抽選。①④は保育あり 対生後6か月以上の未就学児 定各45人) 持令和4年度がん検診受診券 申①②11/10(木)・③④21(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(①④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▶通院中の人は、申し込む前に必ず主治医に相談してください。詳しくは検診・健診ガイドをごらんください。

検査項目	費用	対象 年齢は来年4/1時点	5ポ			
			① 12/17	② 1/7	③ 1/17	④ 1/28
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)	○	○	○ (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。

②③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。

人 介護者の会 ほっとホットサロン

介護者どうし語り合う 日11/17(木)13:30~15:30 場ロゼホームつきみ野(下鶴間418-2) 対市内在住の介護者など 申電話で下鶴間つきみ野地域包括支援センター☎(272)7061へ。

健 シリウス、ポラリスで 健康度チェック 1ポ

体組成計、骨健康度測定器、電動血圧計などで測定。市保健師などからアドバイスも 日①11/18(金)・②24(木)いずれも9:30~13:00(1回30分) 場①ポラリス、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。

人 公認心理師による認知症 相談・介護者交流会

いずれも 場保健福祉センター 対認知症の人を在宅で介護する家族など(本人または家族のどちらかが市内在住者) 申電話で/①個別相談▶日11/22、12/20い

ずれも火曜日13:30~14:30・15:30~(各回40分) 定各回1人/②交流会▶日11/29(火)13:30~15:30 定10人。

す やまとイクメン講座

これから赤ちゃんを迎える喜びや不安を参加者どうしで共有する 日11/26(土)9:30~11:30 場地域医療センター 対市内在住のこれから父親になる(なったばかりの)男性とそのパートナー 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、ウェブ予約で。

人 運動による認知症予防 セミナー 3ポ

自宅で一人でもできるコグニサイズの講座 日11/28(月)10:00~12:00 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。

す プレママ・パパ教室

①妊娠中の食事や栄養、離乳食のつづき方体験、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①12/2(金)・②7(水)・③17(土)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4~6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

離乳食の進め方と育児について(①は離

乳食のつづき方体験あり) 日12/2(金)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は保護者の飲み物も 申直接または電話、ウェブ予約で。

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12/6(火)10:00~11:30 場子育て支援センター 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。

健 介護予防セミナー 3ポ

①アンチエイジングとフレイル予防、②「噛む力」と「飲み込む力」を保ちましょう!、③食事から始めるフレイル予防 日①12/6(火)14:00~16:00、②16(金)10:00~12:00・③13:00~15:00 場いずれも渋谷学習センター 対60歳以上の市内在住者 定各先着20人 場①市理学療法士、②市歯科衛生士、③市管理栄養士 持①飲み物、動きやすい服装 申電話で。

健 健康遊具でプチトレセミナー

健康遊具を活用した仲間づくり①介護予防、仲間づくりの講義 3ポ②公園での運動 1ポ 日①12/7・28、来年1/25、2/8・22、3/8・22の水曜日13:00~15:00、②1/11・18、2/1・15、3/1・15の水曜日13:00~14:00(全13回) 場①地域医療センター、②南林間中央公園 対健康遊具を

使用する自主グループとして定期的に活動を希望する市内在住者 定先着20人 場市理学療法士、市保健師 申電話で。

す 自閉症療育講座

「人とちがっていいんだよ その2~自閉症を知ろう」 日12/13(火)10:00~12:00 場オンライン開催(ZOOM) 定先着80人 場(社福)大和しらかし会臨床心理士 申12/8(木)までに大和しらかし会松風園のホームページ内「講座・研修会」から。

す 妊娠や子育ての悩みは 気軽にご相談を

場いずれも保健福祉センター/子育て何でも相談・応援センター▶妊娠を考えたときから出産、子育て期まで。妊娠中の体調や赤ちゃんの育児、子どもとの接し方などの悩みに保健師や相談員が応じます 日月~金曜日8:30~17:00(祝日を除く) 場同センター☎(260)5675/助産師さん何でも相談▶妊娠中の体のことや出産に関する不安、赤ちゃんが母乳を飲まないなどの悩みに助産師が応じます 日火・木曜日10:00~15:00(祝日を除く) 申電話で。

医 成人歯科健康診査を 来年2月末まで延長 5ポ

成人歯科健康診査を来年2月末まで延長します。同健診では、むし歯のチェックだけでなく、歯茎の異常を早期発見するため歯周ポケットの検査を実施しています。歯を失う原因で最も多いのは歯周病です。ぜひこの機会に受診しましょう 場大和・綾瀬市内の協力医療機関 対大和市に住民登録があり、今年度中に40歳、50歳、60歳、70歳になる人 費500円 持受診券、健康保険証 申直接医療機関へ。※対象者には3月末に受診券を送付済みです。受診券がない場合はお問い合わせください。

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12/1(木)・14(水)・22(木)いずれも13:30~15:30 場心の健康について相談したい人。