

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
- 障**：障がい福祉課 ☎(260)5665
- 人**：人生100年推進課 ☎(260)5612
- 健**：健康づくり推進課 ☎(260)5663

※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3/9(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3/1(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①2/13(月)・②20(月)・③3/3(金)いずれも9:30~10:30 場①地域医療センター、②シリウス3階屋内こども広場、③ポラリス 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 介護者交流会

介護者どうし、悩みなどを気軽に話す 対市内在住の介護者など/ケアラズカフェ上草柳 日2/15(水)13:30~15:00 場上草柳コミセン 定先着15人 申電話で上草柳・中央地域包括支援センター ☎(263)1108へ/土曜日のケアラズカフェ 日3/4(土)13:00~14:30 場下草柳コミセン 定先着15人 申電話で上草柳・中央地域包括支援センター ☎(263)1108へ/介護者交流会 日3/7(火)9:30~10:30 場ポラリス 定先着10人 申電

話で中央林間地域包括支援センター ☎(271)5572へ/介護者茶話会 日3/16(木)13:30~15:00 場サンホーム鶴間(西鶴間8-1-2) 定先着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/介護者の会ほっとホットサロン 日3/17(金)13:30~15:30 場口ゼホームつきみ野(下鶴間418-2) 定先着10人 申電話で下鶴間つきみ野地域包括支援センター ☎(272)7061へ。

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みます 日2/16(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。

健 シリウスと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。市保健師などからのアドバイスも 日①2/16(木)・②24(金)いずれも9:30~13:00(30分ごとに実施) 場①シリウス4階健康度見える化コーナー、②ポラリス 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 介護者教室

いずれも 対市内在住の介護者など/災害への備え「自分の身を守るためにできる事は？」 日2/16(木)13:30~15:00 場いちよう団地下和田第一集会所(下和田262) 定先着10人 申電話で桜丘・和田地域包括支援センター ☎(268)2621へ/成年後見と家族信託について▶大切な財産と家族を守るために、成年後見制度や家族信託の仕組み、利用方法を学ぶ 日2/22(水)13:30~15:00 場西鶴間コミセン 定先着15人 調司法書士 小野寺大揮氏 申2/21(火)までに電話で鶴間地域包括支援センター ☎(271)2770へ。

人 認知症カフェ

認知症の本人と家族を中心に気軽に交流する場 対いずれも市内在住者/野ばらカフェ 日2/21(火)14:00~15:30 場口ゼホームつきみ野(下鶴間418-2) 定先着10人 申電話で下鶴間つきみ野地域包括

支援センター ☎(272)7061へ/カフェさくら 日3/2(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) 対担当地域在住者優先 定先着15人 申電話で南林間地域包括支援センター ☎(271)5706へ/おれんじカフェ話笑和の輪 日3/5(日)14:00~16:00 場敬愛の園(福田1551) 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/カフェれんげ 日3/11(土)13:30~15:00 場下和田の郷 対担当地域在住者、65歳以上の認知症の人と家族など 定先着15人 申電話で桜丘・和田地域包括支援センター ☎(268)2621へ/市場カフェ 日3/25(土)10:30~12:00 場大和YMCA(大和東3-3-16) 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/クローバークフェ 日3/31(金)13:30~15:00 場サンホーム鶴間(西鶴間8-1-2) 定先着15人 申電話で鶴間地域包括支援センター ☎(271)2770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2/22(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か月の子どもと保護者 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。

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2/25(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

頭と体を同時に鍛えるコグニサイズの講座 日2/28(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 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、産後のお母さんの体調管理 日①3/1(水)・②10(金)・③18(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7~9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は離乳食のつづし方体験あり) 日3/1(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は保護者の飲み物も 申直接または電話、ウェブ予約で。

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。

健 介護予防セミナー

①「低栄養予防は健康長寿のカギ~健康を維持する食事と生活とは」、②「肩こり解消! タオル体操」 日①3/1(水)13:30~15:00・②10(金)13:30~14:30 場①ポラリス、②地域医療センター 対いずれも60歳以上の市内在住者 定各先着20人 調①市管理栄養士、②市理学療法士 持筆記用具、②は動きやすい服装、タオル 申電話で。

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3/6(月)10:00~11:30 場シリウス6階生涯学習センター 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

日時	場所
※時間は9:30~10:40~13:00~14:10(各回60分程度)	
3/6(月)・8(水)・17(金)・20(月)・23(木)	保健福祉センター
3/7(火)	渋谷学習センター
3/22(水)	シリウス6階生涯学習センター

3月の救命講習会 ☎(260)5751 救急救命課

①②普通救命講習会Ⅰ、③④普通救命講習会Ⅲ(小児・乳児の心肺蘇生法とAED使用法)、⑤上級救命講習会、⑥普及員再講習会 対いずれも市内在住・在勤者 定各先着①②16人、③④⑤12人、⑥8人 持筆記用具、実技ができる服装で。⑤は昼食も 申各締切日までに電話で。②④⑤は市のホームページから電子申請も可。※申込者が5人未満の場合、中止することがあります。※専用駐車場はありません。

	日時		場所	申し込み締切日
	講義	実技		
普通救命Ⅰ	① 3/ 2(木)	ウェブ講習(日時は任意) 9:00~11:00 13:30~15:30	市消防本部	2/22(水)
	② 3/16(木)	13:30~14:30 14:40~16:30		3/ 9(木)
普通救命Ⅲ	③ 3/ 1(水)	ウェブ講習(日時は任意) 13:30~15:30	市消防本部	2/22(水)
	④ 3/14(火)	13:30~14:30 14:40~16:30		3/ 7(火)
上級救命講習	⑤ 3/13(月)	9:00~17:00		3/ 6(月)
普及員再講習	⑥ 3/ 3(金)	13:30~16:30		2/24(金)

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 公認心理師による認知症介護者交流会

認知症の人在宅で介護する家族が集い交流する 日3/7(火)13:30~15:30 場保健福祉センター 対認知症の人を介護する家族など(本人または家族が市内在住であれば可) 定10人 申電話で。

医 献血にご協力ください

日3/7(火)10:00~12:00 場市役所本庁舎正面玄関前 申不要。※献血可能対象年齢など、詳しくは神奈川県赤十字血液センターのホームページをごらんください。

医 らくらく予防接種をご利用ください

スマートフォンやタブレット端末、パソコンで予防接種のスケジュールを確認できる予防接種情報提供サービス「らくらく予防接種」をご利用ください 申https://yamato.city-hc.jp/にアクセスし登録(左のコードを読み取ると便利です)。

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

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3/2(木)9:30~15:30 対発達の遅れや慢性疾患・障がいがある乳幼児。

精神保健福祉相談(電話予約) 日3/2・23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。

エイズ検査(電話予約) 日3/7・14・28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。

B・C型肝炎検査(電話予約) 日3/13(月)9:00~10:30 対39歳以下で市や会社実施する肝炎ウイルス検査対象外の人。