

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5/11(木)13:00~16:00 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 4/26(水)までに直接または電話で。

教室・相談

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4/17(月)10:00~11:30 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 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 ①4/18(火)・②26(水)、③5/8(月)いずれも9:30~10:30 場 ①シリウス3階屋内こども広場、②渋谷学習センター、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。

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4/18(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。

医 集団がん検診

日 ①5/27(土)・②31(水)、③6/1(木)・④8(木)・⑤15(木)(①は午後のみ) 場 ①地域医療センター、②③⑤保健福祉センター、④渋谷学習センター 定 ①65人、②③⑤各200人、④100人(いずれも定員を超えた場合は抽選。①③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5年度がん検診受診券 申 ①②4/10(月)・③④⑤20(木)(必着)までに市のホームページから電子申請または電話で。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(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	① 5/27	② 5/31	③ 6/1	④ 6/8	⑤ 6/15
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。

②③④⑤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 6/18(日)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 4/17(月)(必着)までに市のホームページから電子申請または電話で。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年齢、人数も)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59年4/1~平成18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	
	乳がん(超音波)	1,200円	昭和59年4/2~平成6年4/1生まれ
	子宮頸がん(細胞診)	900円	昭和59年4/1~平成16年4/1生まれ

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 認知症カフェ

認知症の本人と家族を中心に専門職を交じえ気軽に交流する場/野ばらカフェ▶ 日4/18(火)14:00~15:30 場 口ゼホームつきみ野(下鶴間418-2) 対 市内在住者 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。

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4/19(水)13:00~・13:30~ 場 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 介護者交流会

介護者どうし、悩みなどを気軽に話す場。専門職も参加 対 市内在住の介護者など/ケアラーズカフェ上草柳▶ 日4/19(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/ケアラーズカフェ輪っつながり▶ 日4/21(金)10:00~12:00 場 渋谷学習センター 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/土曜日のケアラーズカフェ▶ 日5/6(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。

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/個別相談▶ 日5/9(火)9:30~・10:30~・11:30~(各回40分) 定 各回1人/交流会▶ 日5/9(火)13:30~15:30 定 10人。

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)	
5/10(水)・11(木)・15(月)・19(金)・23(火)	保健福祉センター
5/16(火)	渋谷学習センター
5/25(木)	シリウス6階生涯学習センター

健 健康遊具で介護予防

室内運動と公園の健康遊具を使った運動教室。雨天時は室内プログラムのみ 日 ①5/9(火)・②17(水)・③23(火)・④31(水)いずれも13:00~14:30 場 ①③桜森わいわい公園ほか(集合は桜森コミセン)、②④札の辻2号公園ほか(集合は福田コミセン) 対 市内在住者 定 各先着15人 持 市理学療法士 持 動きやすい服装、歩きやすい靴、室内シューズ、タオル 申 電話で。

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 ①5/12(金)・②17(水)・③24(水)9:00~11:15(③は9:15から。全3回) 場 地域医療センター 対 市内在住の初妊婦(出産予定日が9~11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 5/12(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。

健 食生活改善推進員養成講座

食生活や健康づくりについて学ぶ。講座修了後は「大和市食生活改善推進員」としてボランティア活動に参加 日 ①5/19(金)、②6/20(火)、③7/5(水)・④14(金)、⑤8/2(水)・⑥24(木)、⑦9/5(火)・⑧22(金)9:

30~12:00(全8回。③は14:00まで(昼食含む)) 場 地域医療センターほか 対 市内在住者 定 先着30人 持 市管理栄養士、市保健師ほか ③のみ調理実習費300円 申 5/11(木)までに電話で。市のホームページから電子申請も可。

健 ヤマトン健康ポイントにご応募を

応募締め切りは4/10(月)。景品はカタログギフトです。さらに今回は令和4年度応募者の中から抽選で、20・30・40・50・60・70歳代、80歳以上のかた各5人に1万円分のQUOカードをプレゼントします。

医 定期接種で使用できるHPVワクチン(子宮頸がん予防)に新たなワクチンが追加

4月から新たに9価ワクチン(シルガード9)が定期接種で使用できるようになりました。2価ワクチン(サーバリックス)、4価ワクチン(ガーダシル)も引き続き使用できます。2価、4価ワクチンをすでに1回または2回接種した人は同じワクチンを続けて接種することが原則ですが、医師と相談のうえ、途中から9価のワクチンに変更する交互接種も可能です 日 平成19年4/2~同24年4/1生まれで市に住民票がある女子(小学6年生~高校1年生相当)。◆キャッチアップ接種 平成9年4/2~同19年4/1生まれの女子(女性)は、令和7年3月まで定期接種の対象です。

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

精神保健福祉相談(電話予約) 日5/17(水)・25(木)いずれも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5/18(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。