

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
- 人 :人生100年推進課 ☎(260)5612

保健福祉センター 別館

- 健 :健康づくり推進課 ☎(260)5663
- ※車でのお来場はご遠慮ください。

人 介護者教室

対いづれも市内在住の介護者など(⑥のみ介護者でなくても可) / ①介護予防測定会 ▶ 6/18(火) 13:30~15:30 大和YMCA(大和東3-3-16) 定先着10人 湘南とつかYMCA ウェルネススポーツクラブ健康運動指導士 瀬戸俊孝氏 ☎電話で深見大和地域包括支援センター ☎(264)3192へ / ②知って安心! 老後の備え~自分らしく最後まで生きるために ▶ 6/18(火) 14:30~16:00 渋谷学習センター 定先着20人 (一社)えびなソーシャルワークオフィス~サポートステーションえびな北尾亮氏 ☎電話で福田南地域包括支援センター ☎(269)9001へ / ③認知症講話~認知症について知ろう! ▶ 6/19(水) 13:30~15:00 上和田コミセン 定先着15人 桜丘・和田地域包括支援センター職員 ☎電話で桜丘・和田地域包括支援センター ☎(268)2621へ / ④火を使わないお灸でセルフケア ▶ 6/20(木) 13:30~15:00 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) 定先着15人 訪問医療マッサージはるの陽 千葉直樹氏 ☎6/17(月)までに電話で南林間地域包括支援センター ☎(271)5706へ / ⑤その契約、大丈夫ですか? ~詐欺にご注意 ▶ 6/21(金) 14:00~15:30 ロゼホームつきみ野(下鶴間418-2) 定先着10人 市消費生活センター相談員 ☎電話で下鶴間つきみ野地域包括支援センター ☎(272)7061へ / ⑥老後の住まいを考える~老後に備えるこれからの施設選び ▶ 6/23(日) 13:30~15:00 晃風園(草柳2-15-1) 定先着15人 ロイヤル介護入居相談室担当相談員 ☎電話で上草柳・中央地域包括支援センター ☎(263)1108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 対いづれも市内在住者 / 野ばらカフェ ▶ 6/18(火) 14:00~15:30 ロゼホームつきみ野(下鶴間418-2) 定10人 ☎電話で下鶴間つきみ野地域包括支援センター ☎(272)7061へ / クローバーカフェ ▶ 6/21(金) 13:30~15:00 サンホーム鶴間(西鶴間8-1-2) 定20人 ☎電話で鶴間地域包括支援センター ☎(271)2770へ / カフェさくら ▶ 7/4(木) 14:00~15:30 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) 定8人 ☎電話で南林間地域包括支援センター ☎(271)5706へ。

健 介護予防セミナー 3歳

対いづれも60歳以上の市内在住者 定各先着20人 市理学療法士 持動きやすい服装、筆記用具 ☎電話で / 転倒・骨折を予防しよう~バランス向上と骨粗しょう症予防運動 ▶ 6/20(木) 13:00~14:30 地域医療センター / 柔軟・筋トレ・ヨガ体操 ▶ 6/25(火) 13:00~14:30 渋谷学習センター。

す 2歳児歯科相談

歯科医による診察、育児や栄養、歯の相談 6/26(水) 12:50~13:20 場いづ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 対親子(母子)健康手帳、子どもの歯ブラシ ☎直接または電話、ウェブ、市公式LINEで。

人 やまとカフェ(認知症カフェ)

認知症の本人と家族を中心に専門職を交え交流する。認知症サポート医のミニ講話、個別相談も 6/27(木) 13:30~15:00 鶴間コミセン 対認知症の人と家族、物忘れの不安がある人 定先着15人 6/26(水)までに電話で。

す 1歳児育児教室

育児と食事、卒乳、トイレトレーニング 7/1(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25組 対親子(母子)健康手帳、筆記用具 ☎直接または電話、ウェブ、市公式LINEで。

人 脳とからだの健康チェック 3歳

タブレット端末での認知機能検査、体力測定など ①7/4(木)・②5(金)・③8(月)・④10(水)・⑤18(木)・⑥23(火)・⑦24(水) いづれも9:30~10:40~13:00~(各回60分程度) ①②③⑤⑦保健福祉センター、④渋谷学習センター、⑥シリウス6階生涯学習センター 対65歳以上の市内在住者 定各回先着1人 ☎各開催日の前日15:00までに電話で。

医 集団がん検診、女性のための健康診査 5歳

場①保健福祉センター、②~④地域医療センター ①②6/10(月)・③20(木)・④17(月) (必着)までに市のホームページから電子申請、ファクス(260)1156、はがき、電話で 各検査項目で定員あり。定員を超えた場合は抽選。※費用など詳しくは、対象者に送付している検診・健診ガイドをごらんください。

検査項目	肺	胃	大腸	乳(マンモ)	乳(超音波)	子宮
	40歳以上			40歳以上	30~39歳	20歳以上
日にち	女性					
①7/13(土)	○	○	○	○	○	○
②7/17(水)、③8/3(土) ※保育あり			○ 女性のみ	○	○	○

女性健康診査	女性健康診査(検尿、血液検査など)	〈追加で受けられる項目〉		
		結核	乳がん検診(超音波)	子宮がん検診
④8/3(土) ※保育あり	昭和60年4/1~平成19年4/1生まれ	昭和60年4/2~平成7年4/1生まれ	昭和60年4/1~平成17年4/1生まれ	

日=日時 場=会場 対=対象 定=定員 講=講師・出演者 費=費用 持=持ち物 申=申し込み方法 問=問い合わせ

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、産後のお母さんの体調管理 ①7/5(金)・②16(火)・③29(月) 9:00~11:15 (③は9:15~、全3回) 地域医療センター 対市内在住の初めての出産を迎える妊婦(出産予定10~12月)とパートナー 定先着20組 持親子(母子)健康手帳、筆記用具 ☎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(①は離乳食のつぶし方体験あり) ①7/5(金) 9:45~11:15・②23(火) 13:30~15:00 ①地域医療センター、②保健福祉センター 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①15・②25組 対親子(母子)健康手帳、筆記用具 ☎直接または電話、ウェブ、市公式LINE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 7/8(月) 9:30~10:30 地域医療センター 対市内在住者 定先着25組 持親子(母子)健康手帳 ☎直接または電話、ウェブ、市公式LINEで。 ※電話相談は随時受け付け。

す 自閉症療育講座

「こどもを伸ばす環境・関わり方とは~生活の中に構造化を取り入れよう」 7/9(火) 10:00~12:00 オンライン開催(Zoom) 定先着80人 (社福)大和しらかし会臨床心理士 ☎7/4(木)までに、ウェブ予約で。

人 運動による認知症予防セミナー 3歳

頭と体を同時に鍛えるコグニサイズの講座 7/19(金) 14:30~16:30 対ポラリス 対65歳以上の市内在住者 定先着20人 ☎電話で。

医 6/4~10は歯と口の健康週間

「歯を見せて 笑える今を 未来にも」 歯と口は人々が健康に生きていく力を支えるものです。今年度は「生きる力を支える歯科口腔保健の推進~生涯を通じた8020運動の新たな展開」を重点目標としています。この機会に日頃のセルフケアを見直し、歯と口の健康を保ちましょう。

医 食中毒にご用心!

次の3つの原則を守り食中毒を予防しましょう / ①食中毒菌をつけない ▶ 手と調理器具をしっかりと洗い、食材もきれいに洗いましょう / ②食中毒菌を増やさない ▶ 調理した食品は早めに食べ、保存する場合は冷蔵庫で保存しましょう / ③食中毒菌をやっつける ▶ 加熱調理をする食品は、中心部までよく火を通してから食べましょう。

7月の救命講習会 ☎(260)5751 救急救命課 3歳

いづれも 場市消防本部 対市内在住・在勤者(⑥は応急手当普及員認定者) 定各先着①②16人・③~⑤12人・⑥8人 持筆記用具、実技ができる服装で。⑤は昼食、⑥は応急手当普及員認定証も 各締切日までに、市のホームページから電子申請で。



講習会名	日時	申込締切
①普通救命 I (実技) *	7/25(木) 13:30~15:30	7/18(木)
②普通救命 I (講義、実技)	7/10(水) 9:00~12:00	7/3(水)
③普通救命 III (実技) *	7/8(月) 13:30~15:30	7/1(月)
④普通救命 III (講義、実技)	7/9(火) 9:00~12:00	7/2(火)
⑤上級救命	7/24(水) 9:00~17:00	7/17(水)
⑥普及員再講習	7/11(木) 9:00~12:00	7/4(木)

*別途事前にウェブ講習が必要です。

口腔がん検診 5歳

☎(263)0681 大和綾瀬歯科医師会

口腔外科の専門医と歯科医師会会員による口腔がん無料検診。舌や歯肉、口腔粘膜などの相談を受け付けます 7/11(木) 10:00~16:30 大和歯科診療所(深見西2-1-25) 定45人(定員を超えた場合は抽選し、当選者には7/10(水)までに検診時刻をはがきで通知) ④6/19(水) (必着)までに、はがきに郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、電話番号、「第1回口腔がん検診希望」を記載し、〒242-0018深見西2-1-25大和綾瀬歯科医師会事務局へ。 ※市の所管は医療健診課。

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 問(261)7129

精神保健福祉相談(電話予約) 7/2(火)・25(木) いづれも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) 7/16・23 いづれも火曜日13:10~15:40。 ※相談は毎週月~金曜日8:30~12:00・13:00~17:15。

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 7/18(木) 9:30~15:30 発達遅れや慢性疾患・障がいがある乳幼児。

認知症相談(電話予約) 7/19(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。

B・C型肝炎検査(電話予約) 7/22(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。

骨髄ドナー登録のための検査(電話予約) 7/22(月) 10:00~(所要時間約30分)。