

健康のページ

保健福祉センター

- すくすく子育て課 ☎(260)5609
- 医療健診課 ☎(260)5662
- 人生100年推進課 ☎(260)5612

保健福祉センター 別館

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

介護者教室

いずれも市内在住の介護者など/大和の防災と自宅でできる備え▶7/12(金)13:30~15:00 鶴間(西鶴間8-1-2) 先着15人 市職員 電話で鶴間地域包括支援センター☎(271)2770へ/介護予防体操▶7/16(火)13:30~15:30 大和YMCA(大和東3-3-16) 先着10人 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/高齢者に必要な災害時の備え▶7/19(金)13:30~15:00

HPVワクチンの無料接種期限が来年3月末のかたは余裕を持った接種計画を

HPVワクチンは、子宮頸がんの原因となるヒトパピローマウイルス(HPV)の感染を予防するワクチンです。平成9年4/2~同20年4/1生まれの女性(キャッチアップ接種対象)・平成20年4/2~同21年4/1生まれの女性(今年度高校1年生相当対象)は、来年3月までが無料で接種を受けられる期間です。必要な3回の接種完了のためには約6か月間かかるため、未接種のかたは、余裕を持った接種計画を立ててください。なお、これらの年齢のかたは、来年4月以降は接種費用が全額自費となります。予診票の交付など詳しくは、市のホームページをごらんください。

まごころ地域福祉センター 先着20人 市職員 電話で福田北地域包括支援センター☎(267)9992へ。

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。専門職も参加 いずれも市内在住者/カフェれんげ▶7/13(土)13:30~15:00 下和田の郷 先着15人 7/12(金)までに電話で桜丘・和田地域包括支援センター☎(268)2621へ/市場カフェ▶7/26(金)13:30~15:00 大和YMCA(大和東3-3-16) 先着10人 7/25(木)までに電話で深見大和地域包括支援センター☎(264)3192へ。

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▶7/16(火)13:30~15:00・②21(日)14:00~16:00・③31(水)10:30~12:00 ①草柳コミセン、②敬愛の園(福田1551)、③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) いずれも市内在住・在勤者 各先着①10人・②20人・③15人 地域包括支援センター職員 電話で①上草柳・中央地域包括支援センター☎(263)1108・②福田南地域包括支援センター☎(269)9001・③南林間地域包括支援センター☎(271)5706へ。

集団がん検診、女性のための健康診査

①③保健福祉センター(①の乳(マンモ)は地域医療センター)、②④⑤渋谷学習センター 各検査項目定員あり(定員を超えた場合は抽選)▶7/10(水)・③④22(月)・⑤16(火)(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。※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	男性・女性				女性のみ		
	肺	胃	大腸	結核	乳(マンモ)	乳(超音波)	子宮(頸部)
日にち	40歳以上				40歳以上	30~39歳	20歳以上
①8/10(土)	○	○	○	○	○		○
②8/27(火)	○	○	○	○			○
③9/4(水) ※保育あり	○	○	○	○	○		○
④9/6(金) ※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)	子宮頸がん検診
⑤9/6(金) ※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

健 介護予防セミナー

「立つ姿勢」~背骨のカーブをチェックしてみよう▶7/18(木)13:00~14:30 地域医療センター 対60歳以上の市内在住者 先着20人 市理学療法士 筆記用具、動きやすい服装 電話で。

介護者交流会

いずれも市内在住の介護者など/介護者茶話会▶7/18(木)13:30~15:00 サンホーム鶴間(西鶴間8-1-2) 10人 電話で南林間地域包括支援センター☎(271)5706または鶴間地域包括支援センター☎(271)2770へ/ほっとホットサロン▶7/18(木)13:30~15:30 ロゼホームつきみ野(下鶴間418-2) 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/ケアラズカフェ輪▶7/26(金)13:00~15:00 渋谷学習センター 20人 電話で福田南地域包括支援センター☎(269)9001へ/介護者交流会▶7/30(火)13:30~14:30 ポラリス 10人 電話で中央林間地域包括支援センター☎(271)5572へ。

す 幼児のおべんとう教室

子どもにおすすめのお弁当作りと食事についての講義(試食あり)▶7/25(木)13:30~15:00 保健福祉センター 対市内在住の3歳以上の未就学児と保護者(保護者のみの参加も可) 先着15組 親子(母

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

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、市公式LINEで。

人 公認心理師による認知症相談・介護者交流会

公認心理師が認知症の人を在宅で介護する家族の悩みに応じる①個別相談、②介護者交流会▶7/31(水)①9:30~10:30~11:30~②13:30~15:30 いずれも保健福祉センター 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者) 定①各回1人、②10人 申電話で。

す 大和市食育講演会

「偏食、小食、落ちていて食べない、嘔まないなどの悩みを解消するには」▶7/31(水)10:00~11:00 オンライン開催 対市内在住の乳幼児(概ね2歳頃まで)の保護者または乳幼児の食事に関心のある人 先着100組程度 県立こども医療センター 新生児科・偏食外来担当医 大山牧子氏 申直接またはウェブ、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▶8/5(月)9:30~10:30 地域医療センター 対市内在住者 先着

25組 親子(母子)健康手帳 申直接または電話、ウェブ、市公式LINEで。※電話相談は随時受け付け。

す 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▶①8/9(金)・②19(月)・③28(水)9:00~11:15(③は9:15から。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11月~来年1月)とパートナー 先着20組 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、②は離乳食の試食あり)▶①8/9(金)9:45~11:15・②20(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) 各先着①15組・②25組 親子(母子)健康手帳、筆記用具 申直接または電話、ウェブ、市公式LINEで。

人 運動による認知症予防セミナー

自宅で一人でもできるコグニサイズの講座▶8/22(木)14:00~16:00 シリウス内サブホール 対65歳以上の市内在住者 先着30人 電話で。

人 脳とからだを楽しく鍛えるコグニサイズ教室

認知機能低下予防の習慣をつけるため、仲間と一緒に頭を使いながら運動する▶①8/27~12/24の毎週火曜日9:30~11:30、②8/29~12/26の毎週木曜日9:30~11:30(いずれも全18回) ①中央林間地域包括支援センター隣(中央林間8-25-8LAPLA中央林間2階)、②桜ヶ丘中央病院(福田1-7-1) ①みどり野リハビリテーション病院リハビリ専門職、②桜ヶ丘中央病院リハビリ専門職 対次のすべてに該当する人/脳とからだの健康チェックを受検可能/要支援・要介護認定を受けていない65歳以上の市内在住者/全18回の教室に参加可能で教室終了後もコグニサイズを継続したい人 各先着①20人・②30人 電話で。※通所型サービスC(短期集中型予防サービス)との同時受講は不可。

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(水)です。景品はお米(国産5kg)です。また、今回は令和5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。

医 献血にご協力ください

7/30(火)9:30~11:00 保健福祉センター駐車場 不要。



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)▶8/6(火)・19(月)・22(木)いずれも13:30~15:30 心の健康について相談したい人。

口腔がん検診

☎(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▶9/5(木)10:00~16:30 綾瀬休日歯科診療所(綾瀬市深谷中4-7-10) 45人(定員を超えた場合は抽選し、当選者には9/4(水)までに検診時刻をはがきで通知)▶8/13(火)(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2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。

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▶65歳以上の市内在住者 各回先着1人 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	
	日	時
8月	19(月)・23(金)	保健福祉センター
	7(水)	渋谷学習センター
	20(火)	シリウス6階 生涯学習センター