

※対象の設定がないものはどなたでも。費用の記載がないものは無料です。

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

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

いずれも 対市内在住の介護者など(①のみケアマネジャーも可)／①介護老人保健施設ってどんなところ? ▶ 日8/20(火)13:30～15:00 場サンホーム鶴間(西鶴間8-1-2) 定先着20人 講支援相談員 佐々木直弥氏、作業療法士 鈴木美保氏 日8/16(金)までに電話で鶴間地域包括支援センター ☎(271)2770へ／②糖化度・骨・血管の健康度を計測しよう! ▶ 日8/20(火)13:30～15:30 場大和YMCA(大和東3-3-16) 定先着10人 講管理栄養士 深町英美氏、薬剤師 中上裕規氏 日電話で深見大和地域包括支援センター ☎(264)3192へ／③「悪徳商法」お断り! ▶ 日8/29(木)13:30～15:00 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) 定先着15人 講市消費生活センター相談員 日8/27(火)までに電話で南林間地域包括支援センター ☎(271)5706へ／④訪問看護でできること ▶ 日9/18(水)13:30～15:00 場下草柳コミセン 定先着15人 講市人訪問看護ステーション所長岡田真衣氏 日電話で上草柳・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。専門職も参加。いずれも 対市内在住者／野ばらカフェ ▶ 日8/20(火)14:00～15:30 場ロゼホームつきみ野(下鶴間418-2) 定先着10人 日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 ▶ 日8/31(土)13:30～15:00 場サンホーム鶴間(西鶴間8-1-2) 定先着20人 日電話で鶴間地域包括支援センター ☎(271)2770へ／カ

フェさくら ▶ 日9/5(木)14:00～15:30 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) 定先着8人 日電話で南林間地域包括支援センター ☎(271)5706へ。

す 2歳児歯科相談

歯科医の診察、育児や栄養、歯の個別相談 日8/21(水)12:50～・13:20～ 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 日直接または電話、ウェブ、市公式LINEで。

人 介護者交流会

介護者どうし、気軽に話す。専門職も参加。いずれも 対市内在住の介護者など 定各先着15人 日電話で上草柳・中央地域包括支援センター ☎(263)1108へ／ケアラズカフェ上草柳 ▶ 日8/21(水)13:30～15:00 場上草柳コミセン／土曜日のケアラズカフェ ▶ 日9/7(土)13:00～14:30 場中央地区支え合いセンター(中央4-6-33)。

人 公認心理師による認知症相談

認知症の人在家で介護する家族の悩みの相談に応じる個別相談 日8/21(水)13:30～・14:30～・15:30～(いずれも40分) 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者) 定各1人 日電話で。

す 幼児のおべんとう教室

おすすめのお弁当作り、食事の講義(試食あり) 日8/26(月)13:30～15:00 場保健福祉センター 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) 定先着15組 持親子(母子)健康手帳、筆記用具、飲み物(水またはお茶) 日直接または電話、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 日8/29(木)13:30～15:00 場保健福祉センター 対認知症の人と家族、もの忘れの不安がある人 定先着15人 日8/28(水)までに電話で。

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、産後のお母さんの体調管理 日①9/3(火)・②17(火)・③28(土)9:00～11:15(③は9:15～、全3回。③のみの参加も可)) 場地域医療センター 対市内在住の初めての出産を迎える妊婦(出産予定12～来年2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 日直接または電話で。

医 集団がん検診、女性のための健康診査 5歳以上

場①～④保健福祉センター、⑤地域医療センター(①④の乳(マンモ)は地域医療センター) 定各検査項目定員あり(定員を超えた場合は抽選) 日①8/13(火)・②～④20(火)・⑤15(木)(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。※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。

集団がん検診	日	検査項目	肺	胃	大腸	乳(マンモ)	子宮(頸部)
			40歳以上			女性	
						40歳以上	20歳以上
	①9/26(木)		○	○	○	○	○
	②10/9(水)		○	○	○	○	○
	③10/12(土)		○	○	○	○	○
	④10/15(火)		○	○	○	○	○

女性健康診査	日	検査項目	〈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
	⑤10/31(木) ※保育あり	女性健康診査(検尿、血液検査など)			
		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

9月の救命講習会 ☎(260)5751 救急救命課 3歳以上

いずれも 場市消防本部 対市内在住・在勤者 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 日各締切日までに、市のホームページから電子申請で。※下記以外の日程で、出張救命講習も実施。

講習会名	日 時	申込締切
①普通救命Ⅰ(実技)※	9/9(月)13:30～15:30	9/2(月)
②普通救命Ⅰ(講義、実技)	9/13(金)9:00～12:00	9/6(金)
③普通救命Ⅲ(実技)※	9/11(水)13:30～15:30	9/4(水)
④普通救命Ⅲ(講義、実技)	9/12(木)9:00～12:00	9/5(木)
⑤上級救命(実技)	9/10(火)9:00～17:00	9/3(火)
⑥普及員再講習	9/6(金)13:30～16:30	8/30(金)

※別途事前にウェブ講習が必要です。

市立病院がんサロン「山ざくら」

☎(260)0111(代) がん相談支援センター

がんサロンは、がん患者や家族などが気軽に語り合う場です。ミニ講座「呼吸法でリラックス」、参加者の交流も 日8/28(水)13:15～15:00 場市立病院3階講堂 対がんを罹患した人、家族、友人など 日不要。

食事などの相談 日9/9(月)9:30～10:30 場地域医療センター 対市内在住者 定先着25組 持親子(母子)健康手帳 日直接または電話、ウェブ、市公式LINEで。※電話相談は随時受け付け。

人 運動による認知症予防セミナー 3歳以上

自宅一人でできるコグニサイズの講座 日9/9(月)14:30～16:30 場渋谷学習センター 対65歳以上の市内在住者 定先着30人 日電話で。

す 自閉症療育講座

「今日から始める自立的な生活～「ひとりでできる」を育てる」 日9/10(火)10:00～12:00 場オンライン開催(Zoom) 定先着80人 講(社福)大和しらかし会臨床心理士 日9/5(木)までにウェブ予約で。

健 介護予防セミナー 3歳以上

「はじめよう!若さを保つバランスアップ食生活」 日9/13(金)13:00～15:00 場シリウス6階生涯学習センター 対60歳以上の市内在住者 定先着20人 講市管理栄養士 持筆記用具、エプロン、三角巾、手拭き、マスク 日電話で。

健 健康普及員 月例ウォーキング 3歳以上

「大和市ウォーキングマップ」をもとに境川・緑地コースを歩く 日9/14(土)10:00～12:00(雨天・熱中症警戒アラート発表時は中止) 場桜ヶ丘駅東口集合・解散 日帽子、飲み物 日不要。

健 介護予防アンケートを実施

支援が必要な人を把握し、介護予防の取り組みを推進するため、健康状態や社会参加などのアンケート調査を実施。8月下旬に、対象者に調査票を送付 対次の①②ともに該当する市内在住者／①4/1時点で65歳以上、②7/1時点で要介護認定・要支援認定・事業対象者認定を受けていない。※回答者には、介護予防や健康維持に関するアドバイス票を送付。

す 子育て何でも応援メールの配信期間を延長

育児のアドバイスなどをLINEやEメールで配信する「子育て何でも応援メール」。配信期間は妊娠期～子どもが1歳になる前日まででしたが、2年間延長し、3歳になる前日まで配信します。LINEではやさしい日本語版の配信も開始しました。ぜひご登録ください。



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 問(261)7129

エイズ検査(電話予約) 日9/3～24の毎週火曜日いずれも13:10～15:40。※相談は毎週月～金曜日8:30～12:00・13:00～17:15。

精神保健福祉相談(電話予約) 日9/3(火)・9(月)・26(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9/19(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。

認知症相談(電話予約) 日9/20(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) 日9/30(月)9:00～10:30 対39歳以下で市や会社が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) 日9/30(月)10:00～(所要時間約30分)。