

※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：医療健康課 ☎(260)5662
人：人生100年推進課 ☎(260)5612
障：障がい福祉課 ☎(260)5667

保健福祉センター 別館

- 健：健康づくり推進課 ☎(260)5663

市消防本部

- 救：救急救命課 ☎(260)5751
※車でのお来場はご遠慮ください。

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12/16(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 申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12/20(土)13:30～15:00 場サンホーム鶴間(西鶴間8-1-2) 定先着20人 申電話で鶴間地域包括支援センター☎(271)2770へ／カフェさくら▶ 日来年1/8(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10人 申電話で南林間地域包括支援センター☎(271)5706へ／れんげカフェ▶ 日1/10(土)13:30～15:00 場下和田の郷 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。

介護者交流会

ケアラズカフェ輪▶ 日12/19(金)13:00～15:00 場渋谷学習センター 対市内在住の介護者など 定15人 申電話で福田南地域包括支援センター☎(269)9001へ。

もぐもぐ(①かみかみ・②ごっくん)教室

離乳食の進め方と育児について(①は離乳食の試食、②は離乳食のつぶし方体験あり) 日①12/23(火)13:30～15:00、②来年1/8(木)9:45～11:15 場①保健福祉センター、②地域医療センター 対市内在

住の①生後6～8か月(離乳食開始後)・②生後4～5か月(離乳食開始前)の第一子の保護者(子ども同伴可) 定各先着①25組・②20組 場親子(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。

介護予防セミナー 2 費

「冷えを改善して元気に冬を乗り越えよう!」 日12/24(水)13:30～14:30 場シリウス4階健康テラス 対60歳以上の市内在住者 定先着20人 調市理学療法士 持筆記用具、動きやすい服装 申不要。

脳とからだの健康チェック 3 費

認知機能検査など 日①来年1/7(水)・②8(木)・③9(金)・④14(水)・⑤22(木)・⑥23(金)・⑦26(月)いずれも9:30～10:40～13:00～14:10～(各回60分程度) 場①③⑤⑥⑦保健福祉センター、②渋谷学習センター、④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 日12/8(月)～各開催日前日15:00に電話で。

健康寿命をのばそう! 各回まるごと講座 3 費

運動、栄養、口腔に関する専門職による講話や、健康遊具の実践など 日来年1/7～28の毎週水曜日13:00～14:45(全4

回) 場シリウス6階生涯学習センター 対市内在住者 定先着20人 調市理学療法士 持動きやすい服装、歩きやすい靴、タオル 申電話、ウェブ、市公式LINE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、産後の健康管理、出産の経過と過ごし方、③育児・妊婦体験 日①来年1/8(木)・②21(水)・③30(金)9:00～11:15(③は9:15～、全3回) 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(出産予定来年4～6月)とパートナー 定先着20組 場親子(母子)健康手帳、筆記用具 申直接または電話で。

健康普及員 月例ウォーキング 3 費

「大和市ウォーキングマップ」をもとに慈緑庵・ポラリスを訪ねるコース 日来年1/10(土)10:00～12:00(雨天・積雪は中止) 場中央林間東急スクエア前集合・ポラリス解散 持帽子、飲み物 申不要。

令和7年度大和市 発達障がい普及啓発講演会

「子どものこころの発達特性の理解をめざして～親子関係の悪循環を防ぐために考えたいこと」 日来年1/10(土)15:00～16:30 場保健福祉センター 定先着60人 調子どもメンタルクリニック院長 新井

医 集団がん検診、女性のための健康診査 5 費

場①③保健福祉センター、②④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) 申①②12/10(水)・③22(月)・④15(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。 ※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)	乳(超音波)	子宮(頸部)
			40歳以上			女性		
						40歳以上	30～39歳	20歳以上
	①	来年2/2(月)	○	○	○	○		○
	②	2/9(月) ※保育あり			○ 女性のみ	○	○	○
	③	2/15(日)	○	○	○	○		○

女性健康診査	日	検査項目	〈追加で受けられる項目〉		
			女性健康診査 (検尿、血液 検査など)	結核	乳がん検診(超音波)
			昭和61年4/1～ 平成20年4/1生まれ	昭和61年4/2～ 平成8年4/1生まれ	昭和61年4/1～ 平成18年4/1生まれ
	④	2/9(月) ※保育あり			

卓氏 日12/1(月)からウェブまたは電話で。 ※保育あり(要申し込み)。

障 ゲートキーパー養成講座 3 費

家庭や地域、職場などで周りの人の変化や自殺のサインに気づき、相談窓口につながるなどの役割を担うゲートキーパーを養成 日来年1/14(水)14:00～15:30 場保健福祉センター 対市内在住・在勤・在学者 定30人 講NPO法人和楽 小泉早苗氏、湘南精神保健福祉士事務所所長 長見英知氏 日1/7(水)までに直接または電話、市公式LINEで。住所、氏名、生年月日、電話番号を記載し、ファクス(262)0999も可。

す 1歳児育児教室

育児と食事、卒乳、トイレトレーニング 日来年1/16(金)10:00～11:30 場地域医療センター 対市内在住の1歳～1歳3か月の子と保護者 定先着25組 持親子(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。

救 1月の救命講習会 3 費

場市消防本部 対市内在住・在勤者 申各締切日までに、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。 ※印は別途事前にウェブ講習が必要です。

講習会名	日 時	申込締切
①普通救命I(実技)※	来年1/27(火)9:00～11:00	1/20(火)
②普通Ⅲ(乳幼児、実技)	1/27(火)13:30～16:30	1/20(火)
③上級救命(実技)※	1/22(木)9:00～15:00	1/15(木)
④応急手当普及員(3日間)	1/30(金)・31(土)、2/1(日) いずれも9:00～17:00	1/23(金)

医 65歳以上の人などの季節性インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症の予防接種は 来年1月末まで

接種は義務ではありません。本人の接種希望の意思が確認できない(家族の希望で接種する)場合は全額自己負担です 日1/31(土)まで 場市内の協力医療機関 対市に住民登録をしている①65歳以上の人・②60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に身体障害者手帳1級程度の障がいがある人 費インフルエンザ2,000円・新型コロナウイルス7,000円(いずれも生活保護受給者と中国残留邦人等の対象者は無料) 持マイナ保険証、資格確認書など。②は同手帳または診断書も。生活保護受給者は生活保護費受給票、中国残留邦人等は本人確認証も。

内在住者) 定①各回1人、②10人 申電話で。

す 親子(母子)健康手帳 交付窓口の開庁日時を変更

来年1月から夜間・休日の交付窓口の開庁日を変更します(平日は変更なし) 日夜間:毎月第3火曜日17:00～19:00、休日:毎月第2日曜日8:45～17:00 場保健福祉センター 対市内に住民登録があり、医療機関・助産院で妊娠の診断を受けた人 日夜間・休日は予約制。ウェブまたは電話で。

救 救急車の適正利用にご協力を

令和6年の救急車の出動件数は過去最高の1万4,493件でした。今年の救急車の出動件数も依然として多い状況が続いています。4月から日動救急隊を増備し、7台での救急搬送体制となりましたが、すべての救急車が出動する事態も続いています。年末年始は病院が休みになり、救急車の搬送先決定に時間を要することもあるため、救急車の適正な利用をお願いします。救急車を呼ぶか迷う場合は、「やまと24時間健康相談」フリーダイヤル☎0120(244)810や、県が実施する「かながわ救急相談センター」☎＃7119などご活用ください。

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 図(261)7129
※いずれも 図同センター。

エイズ検査(電話予約)

日来年1/13～27の毎週火曜日いずれも13:15～15:45。 ※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1/14(水)・29(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1/15(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1/16(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。

長期療養児の家族交流会

日1/27(火)10:00～11:30 場オンラインも可 対医療的ケアが必要な子と長期的に療養が必要な子の家族と支援者など。