

※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
人：人生100年推進課 ☎(260)5612
福：福祉総務課 ☎(260)5604
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
※車でのお来場はご遠慮ください。

人 介護者教室

講演「薬局・薬剤師のかしこい頼り方」**日**2/13(金)14:00～15:30**場**口ゼホームつきみ野(下鶴間412-8)**対**市内在住の介護者など**定**先着15人**申**ReStartくすり相談所薬剤師**申**下鶴間つきみ野地域包括支援センター☎(272)7061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。いずれも**対**市内在住者／**れんげカフェ**▶**日**2/14(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／**野ばらカフェ**▶**日**2/17(火)14:00～15:30**場**口ゼホームつきみ野(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／**ひなたぼっこ**▶**日**2/25(水)14:00～15:30**場**中央林間地域包括支援センター(中央林間8-25-8LAPLA中央林間2階)**定**先着10人**申**電話で中央林間地域包括支援センター☎(271)5572へ／**カフェさくら**▶**日**3/5(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10人**申**電話で南林間地域包括支援センター☎(271)5706へ。

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**2/16(月)9:30～・10:00～・10:30～**場**いずれも地域医療センター**対**市内在住者**定**先着25組**持**親子(母子)健康手帳**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。

健 伝統料理教室

雑煮、伊達巻き、干し柿なます**日**2/17(火)10:30～13:30**場**シリウス6階生涯学習センター**対**市内在住者**定**先着24人**講**大和市食生活改善推進員**費**300円**持**エプロン、三角巾、手拭きタオル2枚、調理用マスク、筆記用具**日**2/10(火)までに電話で市食生活改善推進員・夏川☎090(2753)0573へ。

す やまとイクメン講座

これから赤ちゃんを迎える喜びや不安を参加者どうして共有する**日**2/21(土)9:30～11:30**場**地域医療センター**対**市内在住のこれから父親になる(なっただかりの)人とパートナー**定**先着20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。

す 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**①2/24(火)13:30～15:00、②3/4(水)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**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。

健 介護予防セミナー

いつまでも生き生きとした生活を送るためのセミナー。いずれも**場**シリウス4階

健康テラス**対**60歳以上の市内在住者／**認知症予防と社会参加**②**日**2/25(水)13:30～14:30**講**市理学療法士**持**筆記用具、動きやすい服装**申**不要／**はじめよう！若さを保つバランスアップ食生活**③**日**2/26(木)13:00～15:00**講**市管理栄養士**定**先着20人**持**エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル、筆記用具**日**2/2(月)から電話、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

認知症の人在宅で介護する家族の悩みに応じる①②個別相談、③介護者交流会**日**①2/25(水)13:30～・14:30～・15:30～、②3/4(水)9:30～・10:30～・11:30～(いずれも40分)・③13:30～15:30**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**①②各回1人、③10人**申**電話で。

す 1歳児育児教室

育児と食事、卒乳**日**2/27(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。

人 認知症世界の歩き方 for サポーターズ ③

認知症の正しい知識を学ぶ講座**日**2/28(土)13:30～15:30**場**宮久保自治会館(上和田1448)**対**市内在住・在勤者**定**先着15人**講**地域包括支援センター職員**申**

電話で桜丘・和田地域包括支援センター☎(268)2621へ。

健 第6回やまとHealth & Beautyフェア2026 ③

3/1～8の女性の健康週間に合わせ、「みんなで考える！「細い」じゃなくて、「動ける」カラダ」をテーマにイベントを開催。体組成や貧血、骨健康度などの健康度測定、健康運動指導士による姿勢や歩き方のアドバイスなど。参加賞あり**日**3/1(日)10:00～16:00**場**シリウス4


人 老人福祉センターサークル活動作品展

陶芸、工芸、文芸などの作品展示**日**3/3(火)～5(木)10:00～15:00(3日は12:00から)**場**保健福祉センター**申**不要。

人 運動による認知症予防セミナー ③

コグニサイズの体験**日**3/3(火)14:00～16:00**場**保健福祉センター**対**65歳以上の市内在住者**定**先着30人**申**
2/6(金)から電話、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**①3/4(水)・②9(月)・③21(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**初めての出産を迎える市内在住者(出産予定5～8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**申**直接または電話で。

人 やまとカフェ(認知症カフェ)

認知症の本人、家族、専門職などが交流する。認知症サポート医のミニ講話、個別相談も**日**3/5(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**3/4(水)までに電話で。

人 脳とからだの健康チェック ③

認知機能検査、体力測定、認知症予防に関する話など**日**①3/6(金)・②9(月)・③11(水)・④12(木)・⑤17(火)・⑥23(月)いずれも9:30～・10:40～・13:00～・14:10～(各回60分程度)**場**①シリウス6階生涯学習センター、②渋谷学習センター、③～⑥保健福祉センター**対**65歳以上の市内在住者**定**各回先着1人**日**2/6(金)～各開催日の前日15:00に電話で。※結果は後日郵送。

福 日赤救急法基礎講習

赤十字救急法や心肺蘇生法などの技術を習得**日**3/7(土)13:00～17:30**場**保健福祉センター**対**15歳以上の市内在住・在勤・在学者**定**先着20人**講**日本赤十字社神奈川県支部指導員**費**1,500円**持**筆記用具、動きやすい服装で**日**2/2(月)～20(金)に直接または電話で。住所、氏名、生年月日、電話番号を記載し、ファクス(262)0999も可。

障 ゲートキーパーフォローアップ研修 ③

「働く人のメンタルヘルス」をテーマに学ぶ**日**3/10(火)14:00～15:30**場**地域医療センター**対**ゲートキーパー・こころサポーター養成講座の受講者ほか**定**先着40人**講**田園調布学園大学准教授 鈴木剛氏**日**2/27(金)までに直接または市公式LINEで。住所、氏名、電話番号を記載し、ファクス(262)0999、市のホームページから電子申請も可。

健 健康普及員月例ウォーキング ③

「大和市ウォーキングマップ」をもとに歴史と自然のふれあいコースを歩く**日**3/14(土)10:00～12:00(雨天・積雪は中止)**場**高座渋谷駅西口集合・解散**持**帽子、飲み物**申**不要。

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「乳がん手術後のリハビリテーション」もあり**日**2/25(水)13:15～15:00**場**市立病院3階講堂**対**がんに罹患した人、家族、友人など**申**不要。

人 福寿カードで入浴サービス

万一のときに本人確認の手助けとなるよう、緊急連絡先やかかりつけ医などが記載できる「福寿カード」を発行しています。同カードを対象施設で指定日に提示すると無料で入浴できます／**対象施設(指定日)**▶柳橋ふれあいプラザ(毎月1・8・18・28日)、市内公衆浴場(つるま湯、菊の湯)(毎月6・16・26日)**対**65歳以上の市内在住者または60歳以上のシニアクラブ会員**持**マイナンバーカードなど本人確認書類を持参し、直接保健福祉センター同課または各分室・連絡所へ。カードに顔写真を貼りたい人は、証明写真(縦3.0×横2.4)を1枚持参。※同カードは本人確認書類としては使用できません。

す 子育て支援アプリ「大和市おやこ手帳」を開始

子育てモバイルサービス「らくらく予防接種」が、2月から子育て支援アプリ「大和市おやこ手帳」としてリニューアルします。予防接種のスケジュール管理や電子母子手帳機能のほか、市の子育て支援情報の発信などもしていく予定です。ぜひご登録ください。「らくらく予防接種」を利用中のかたは、子どもの予防接種履歴や成長記録などの情報をアプリへ引き継ぐことができます。「らくらく予防接種」は3月末で終了します。


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 問(261)7129
※いずれも**場**同センター。

エイズ検査(電話予約)

日3/3・10・24いずれも火曜日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3/9(月)・18(水)・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**3/12(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3/13(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3/16(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。