

健康Eye

けんこう・アイ



記事中の「保存版あやせ健康だより」は3月に全戸配布しています。届いていないときは健康づくり推進課(保健福祉プラザ内)へ 問同課☎77・1133



テーマ：「地域ふれあいサロン」で交流を

体力の維持や認知症の予防のためには、適度な外出や運動をすること、他者と交流を持つことが効果的です。

市内では、高齢者の方が寝たきりや認知症になることを予防するため、現在6つの団体が「地域ふれあいサロン」を運営しています。同サロンでは、地域の方が気軽に集える場を提供するとともに、集まった方たちと一緒に脳や体を動かす活動などを行っています。

仕事を辞め、外出する機会が減ったという方や、1人暮らしで誰かと会話する機会が少ないという方は、同サロンを活用してみたいかがでしょうか。参加を希望する方は、地域包括ケア推進課へ問い合わせてください。

問同課☎77・1116



厚木保健福祉事務所 大和センターだより

大和市中心1-5-26
☎046・261・2948
※要電話予約

産婦人科医による相談

妊娠、月経不順、婦人科疾患、更年期障害などの相談。担当医は大和市中心病院産婦人科医師。時1月8日(火) 14時～15時30分 対5人

B・C型肝炎検査

時1月28日(月)9時～10時30分 対40歳未満で市や会社の実施する肝炎ウィルス検査対象外の方



エイズ検査

時1月8日～22日の毎週火曜日13時10分～16時10分(相談は毎週月～金曜日8時30分～12時・13時～17時15分)

精神保健福祉相談

時1月10日・24日の各木曜日13時30分～15時30分 対心の健康について相談したい方

すこやか療育歯科相談

時1月17日(木)13時30分～15時30分 対心身に障がいや慢性疾患などがある乳幼児

認知症相談

時1月18日(金)13時30分～15時30分 対認知症などで困っている方と家族

1月の乳幼児健診と健康相談 問健康づくり推進課☎77・1133

区分	月日	対象など
8～10か月児健診	生後8～11か月になる前日。 場所は委託医療機関(市ホームページに一覧あり)	
1歳6か月児内科健診	1歳6か月～1歳11か月になる前日。 場所は委託医療機関(市ホームページに一覧あり)	
4～5か月児健診	1/10(木)・1/17(木)	30年8月生まれ
1歳6か月児歯科健診	1/10(木)	29年6月生まれ
2歳児歯科健診	1/17(木)	29年1月生まれ
3歳6か月児健診	1/24(木)	27年6月生まれ
1歳児歯科育児相談	1/11(金)	29年12月生まれ
5歳児発達相談	1/21(月)・1/28(月)	25年7月生まれ
子ども健康相談	1/8(火)・1/23(水)	9:30～11:00 育児相談を希望の方



綾瀬市医師会医療機関の臨時休診(年末年始) 問健康づくり推進課☎77・1133

医療機関名	臨時休診日	医療機関名	臨時休診日	医療機関名	臨時休診日
綾瀬厚生病院	12/30～1/3	吉崎医院	12/29～1/4	原クリニック	12/30～1/3
市川医院	12/29～1/4	佐々木クリニック	12/30～1/6	きくち総合診療クリニック	12/29～1/4の期間中 13:00以降(9:00～13:00は診療)
菅原医院	12/30～1/3	さとうこどもクリニック	12/29午後～1/3	あやせ耳鼻咽喉科	12/28～1/3
島田外科・内科	12/28午後～1/4	おかもと小児科	12/28～1/4	とうめい綾瀬腎クリニック	12/29午後～1/3 ※透析は通常どおり
茂木産婦人科医院	12/28午後～1/4	共ヶ岡診療所	12/30～1/4	綾瀬消化器内科クリニック	12/28午後～1/3
熊倉整形外科	12/30～1/3	ただだこどもクリニック	12/28午後～1/4	うえだ皮膚科	12/30～1/6
あやせ眼科	12/28～1/3	あやせ整形外科・眼科	12/30～1/7		
矢崎胃腸外科	12/29午後～1/3	綾瀬ライフスタイルクリニック	12/29～1/3		
比留川医院	12/30～1/4	あやせ訪問クリニック	12/31～1/3		
紀医院	12/28午後～1/4				

※詳細については、各医療機関にお問い合わせください

年末年始・休日の医療機関 急病や健康相談にも対応

年末年始や休日には、保健福祉プラザ内の綾瀬休日診療所・歯科診療所・調剤薬局で救急患者を受け付けます。迅速に診療を受けられるよう座間綾瀬医師会、大和歯科医師会、大和綾瀬薬剤師会が開設するものです。

受診の際は、診療費と健康保険証を持参してください。

問健康づくり推進課☎77・1133



●かながわ小児救急ダイヤル

夜間、子どもの急な発熱や体調不良などで判断に迷ったことはありませんか。家庭での対処方法や医療機関にすぐかかる必要があるかなどの助言が受けられます。毎日18時～24時、☎#8000(プッシュ回線、ISDN回線、携帯電話)か☎045・722・8000(ダイヤル回線、IP電話)。

●あやせ24時間健康相談

心や体の健康などについて気軽に相談できます。医師や保健師などの専門職が、24時間体制で電話相談に応じます。☎0120・1192・61。



レインボー健康体操教室

脳刺激、ストレッチなどを取り入れた体操。時1月15日・29日、2月5日・19日の各火曜日13時30分～15時30分 場小園自治会館 対65歳以上の方 対20人(申込順) 持動きやすい服装で飲み物、タオル、バスタオル 申12月17日から地域包括ケア推進課☎77・1116



綾瀬産ネギ料理の試食会

綾瀬産のネギを使った料理の試食。時1月16日(水)11時～12時 場保健福祉プラザ 対市内在住・在勤の方 対40人(申込順) 持筆記用具、飲み物 費200円(材料・資料代) 注綾瀬市地場農産物消費拡大推進協議会、綾瀬市食生活改善推進協議会 申12月17日から健康づくり推進課☎77・1133



離乳食ゴックン教室

離乳食の話と試食、身体測定。講師は管理栄養士、保健師。時12月21日(金)10時～11時30分 場保健福祉プラザ 対4～8か月児の保護者 対20人(申込順) 持母子健康手帳 申12月17日から健康づくり推進課☎77・1133



健康度見える化コーナー相談会

同コーナー機器の結果を全て印刷し、希望者へ結果の見方や生活習慣改善について保健師や管理栄養士がアドバイス。時1月18日(金)13時30分～15時 場保健福祉プラザ 対30人(先着順) 問健康づくり推進課☎77・1133

結核検診

時1月26日(土)11時～11時30分 場保健福祉プラザ 対市内在住で15歳以上の方(妊娠中は受診不可) 問健康づくり推進課☎77・1133