

写真で伝える 綾瀬の四季折々 広報まちかど特派員写真展



「街角アルバム四季折々～出張版～」をテーマに、広報まちかど特派員写真展を行います。
 毎年会場にしている市役所1階市民ホールに加えて、昨年好評だった綾瀬タウンヒルズショッピングセンター(深谷中)でも開催します。
 同特派員とは、市が委嘱している、地域の催しなどを取材する市民記者です。同展では、同特派員が1年間に取

材した市内のイベントや四季を感じさせる風景などの写真を展示して、市の魅力を伝えます。
 季節によってさまざまな表情を見せる市の魅力を、写真で感じてみませんか。
時①2月28日(金)～3月13日(金)8時30分～17時②3月16日(月)～23日(月)10時～20時**場**①同ホール②同センター
問秘書広報課☎70・5606



特派員の皆さん

親子の絆を深めるコミュニケーション ～親子の対話の時間～

「共感力と思いやりの心の育て方について」をテーマに、子どもの情緒を安定させ、心の強さを育む接し方、共感力や思いやりの心と道徳心の育て方を学びます。講師は桜美林大学非常勤講師の梶谷久美子さんです。
 子どもの心を育むきっかけに、参加してみませんか。
時3月23日(月) 10時～12時**場**保健福祉プラザ**対**2歳～2歳11か月の子どもと保護者**定**20組(申込順)**申**2月17日～3月13日に子育て支援センター☎77・1121か直接**問**同センター



歴史講演会

～遺跡からみる綾瀬の中世～

「歴史講演会～遺跡からみる綾瀬の中世～」を開催します。
 県内各地の中世遺跡と市内にある宮久保遺跡や早川城跡などの中世遺跡を比較しながら、綾瀬の中世について学びます。
 綾瀬に関する中世の資料は少なく全貌が分からないため、県全体の様子を知ること、綾瀬への理解を深めます。講師は、かながわ考古学財団の山口正紀さんです。綾瀬の歴史について、勉強してみませんか。
時3月14日(土)13時30分～15時30分**場**市役所314・315会議室**定**70人(先着順)
問生涯学習課☎70・5637

健康 Eye



けんこう・アイ



テーマ：
低栄養を予防しましょう

若いうちは食べ過ぎに気を付けるなどして肥満を予防することが大切ですが、高齢期には、「低栄養」の予防が大切です。低栄養とは、身体に必要な栄養が不足した状態のことで、この状態が続くと、免疫力が低下し病気にかかりやすくなったり、筋力が低下し転倒や骨折を招く危険性が増えたりします。



低栄養を予防するためには、1日3食取ること、ごはん・パン・麺などの主食、肉・魚・卵などの主菜、野菜・キノコ・イモ・海藻などの副菜がそろったバランスの良い食事を心掛けることが大切です。

食事を作ることが難しい場合には、出来合いの総菜や弁当を利用する、食事で十分に栄養が取れない場合には、カステラやアイスクリームなど間食で補うなど、食事を楽しみながら無理せずに低栄養を予防しましょう。

問地域包括ケア推進課☎77・1116

厚木保健福祉事務所 大和センターだより



大和中央1-5-26
☎046・261・2948 ※要電話予約

ペットの防災セミナー

時3月14日(土)13時30分～16時30分**場**大和市渋谷学習センター(同市)**対**犬や猫の飼い主**定**200人

食品衛生責任者講習会

時3月6日(金)・12日(木)14時～16時**対**市内食品営業施設の食品衛生責任者で平成31年4月以降未受講者**食**食品衛生責任者手帳**定**各回50人(1人1回まで)

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。

相談担当医は大和市立病院産婦人科医師。**時**3月10日(火)14時～16時**定**5人

骨髄ドナー登録のための検査

時3月23日(月)10時から(所要時間約30分)

エイズ検査

時3月3日～24日の各火曜日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)

すこやか療育歯科相談

時3月12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

精神保健福祉相談

時3月18日(水)・26日(木)13時30分～15時30分**対**心の健康について相談したい方

3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か月になる前日まで。 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か月になる前日まで。 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	3/5(木)・3/12(木)	令和元年10月生まれ
1歳6か月児歯科健診	3/5(木)	平成30年8月生まれ
2歳児歯科健診	3/12(木)	平成30年3月生まれ
3歳6か月児健診	3/26(木)	平成28年8月生まれ
1歳児歯科育児相談	3/6(金)	平成31年2月生まれ
5歳児発達相談	3/9(月)・3/23(月)	平成26年9月生まれ
子ども健康相談	3/24(火)	9:30～11:00 育児相談を希望の方

心の健康づくり講演会

心の健康について講演。講師は横浜相原病院院長の吉田勝明さん。**時**3月10日(火)15時30分～17時**場**保健福祉プラザ**定**50人(申込順)**申**2月17日から健康づくり推進課☎77・1133

