

健康
Eye



けんこう・アイ

「あやせいいき健康だより」は3月に全戸配布しています。届いていないときは地域包括ケア推進課(保健福祉プラザ内)へ 問同課☎77・1116

テーマ：
「コグニサイズ」で認知症予防

認知症は、記憶力や判断力の低下により、日常生活に支障を来す症状のことです。認知症のリスクを軽減し、認知機能を向上させる対策の一つとして、運動をしながら頭を使う「コグニサイズ」が効果的といわれています。コグニサイズは、1人なら足踏み運動をしながら計算をする、グループなら散歩をしながらしりとりをするなど、1人でもグループでも実施できます。自分に合った方法で楽しみながら、実践してみたいか？

体を動かすときは無理をせず、持病のある方はかかりつけ医の指示に従ってください。

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



大和市中心1-5-26
☎046・261・2948
※要電話予約

エイズ検査
時5月12日・19日・26日の各火曜日13時10分～15時50分(相談は毎週月～金曜日8時30分～12時、13時～17時15分)

認知症相談
時5月15日(金)13時30分～15時30分 問認知症などで困っている方と家族

骨髄ドナー登録のための検査
時5月25日(月)10時から(所要時間約30分)

すこやか療育歯科相談
時5月21日(木)13時30分～15時30分 問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5月7日・28日の各木曜日13時30分～15時30分 問心の健康について相談したい方

B・C型肝炎検査
時5月25日(月)9時～10時30分 問40歳未満で市や会社が実施する肝炎ウイルス検査対象外の方

5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	5/7(木)・5/14(木) 令和三年12月生まれ	個別通知あり
1歳6か月児歯科健診	5/14(木) 令和三年12月生まれ	
2歳児歯科健診	5/21(木) 平成28年10月生まれ	
3歳6か月児健診	5/21(木) 平成28年10月生まれ	
1歳児歯科育児教育	5/8(金) 平成31年4月生まれ(第1子のみ通知)	
5歳児発達相談	5/11(月)・5/25(月) 平成26年11月生まれ	
子ども健康相談	5/26(火) 9:30～11:00 育児相談を希望の方	予約制 母子健康手帳持参

新型コロナウイルス感染症の影響で中止となりました
問健康づくり推進課☎77・1133

オストメイト健康相談会
講演、グループ懇談、個別相談、装具の展示。相談員は皮膚・排泄ケア認定看護師。時5月24日(日)13時30分～16時30分 場藤沢市民会館(同市) 問人工肛門・ぼうこう保有者と家族、関係者、関心のある方定70人(先着順) 問日本オストミー協会神奈川支部☎080・8728・6661



日曜日や祝日に体調を崩したら
救急患者の受け付けや健康相談

問健康づくり推進課☎77・1133

綾瀬休日診療所・歯科診療所・調剤薬局

日曜日・祝日は、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、大和綾瀬歯科医師会、大和綾瀬薬剤師会が開設するものです。

持健康保険証

科目	受付時間	場・☎
内科・小児科	9:00～11:30、14:00～16:30、19:00～21:30	綾瀬休日診療所 ☎77・5315(診療時間内のみ)
歯科	9:00～11:30、13:30～15:30	綾瀬休日歯科診療所 ☎79・1818(診療時間内のみ)
調剤薬局	9:00～12:00、13:30～17:00、19:00～22:00	綾瀬休日調剤薬局 ☎76・5388(調剤時間内のみ)

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

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・携帯電話)か☎045・722・8000(ダイヤル回線・IP電話・PHSなど)

