

# 健康Eye

けんこう・アイ



健康Eye(アイ)掲載の各事業は、新型コロナウイルス感染症の影響により、中止となる場合があります



## テーマ： 高齢期のこころの健康に注意しましょう

毎日の生活に充実感がない、これまで楽しめていたことが楽しめない、以前は楽にできていたことが面倒に感じる、自分が役に立つ人間だとは思えない、わけもなく疲れたような感じがするなどの状態はありませんか。もし最近2週間以内の状況が、これらに複数当てはまった場合、うつ病の可能性がります。



うつ病にかかる可能性は誰にでもありますが、現在は新型コロナウイルス感染症対策などにより、趣味の活動の減少や予定していたイベントの中止など、生活の変化や人との交流機会が減ることによる気分の落ち込みを招きやすい状況のため、特に注意が必要です。

もし自身や周囲の方がそういった状況にある場合は、地域包括支援センター(10面参照)や、かかりつけ医・専門医に相談しましょう。  
 地域包括ケア推進課 ☎77・1116

「あやせいきいき健康だより」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

※新型コロナウイルス感染症の影響により、同だより掲載の各種事業が中止・変更となっています。詳しくは、各事業の担当課へお問い合わせください

### 厚木保健福祉事務所 大和センターだより

大和市中中央1-5-26  
☎046・261・2948 ※要電話予約

B・C型肝炎検査  
 時10月19日(月)9時~10時30分 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

精神保健福祉相談  
 時10月1日(木)・13日(火)・22日(木)13時30分~15時30分  
 心の健康について相談したい方



エイズ検査  
 時10月6日・13日・20日・27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)

妊婦・大人の歯ぐき検診  
 歯肉検診と歯磨き指導。時10月15日  
 (木)9時30分~11時30分 妊婦か39歳までの方 歯磨  
 ラシ、コップ、母子健康手帳(妊婦のみ)

### 10月の乳幼児健診と健康相談 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	10/1(木)・10/8(木)	対象者には、個別に通知します ※新型コロナウイルス感染症の影響により、本来の健診日 に受診できていない子どもから順次案内します
1歳6か月児歯科健診	10/1(木)	
2歳児歯科健診	10/8(木)	
3歳6か月児健診	10/22(木)	
5歳児発達相談	10/5(月)・10/19(月)	
子ども健康相談	10/27(火)	



### 1歳児歯科育児教室

乳歯のむし歯などの注意点、離乳に向けての食事、事故防止やこの時期の親子の関わりなどの話。講師は歯科衛生士、管理栄養士、保健師、保育士。時10月2日(金)10時~11時 保健福祉プラザ 1歳~1歳3か月(令和元年7月~10月生まれ)の第1子の子どもと保護者 10人(申込順) 母子健康手帳 9月16日から健康づくり推進課 ☎77・1133



### ロタウイルスワクチン定期予防接種

10月1日からロタウイルスワクチンが定期予防接種に加わります。接種回数は初回接種から27日以上の間隔をあけて2回か3回(ワクチンの種類により回数異なる)。場 綾瀬・海老名・大和・座間市内の委託医療機関(市ホームページで確認) 生後2か月以降の子ども(初回接種は出生14週6日まで)。対象者には予診票を郵送 10月1日以降は無料 保険証、母子健康手帳、予診票 健康づくり推進課 ☎77・1133



### 11・12月のがん検診

対象者には5月下旬に受診券など送付。詳しくは郵送した案内かあやせいきいき健康だよりを見てください。希望する検診日の申込期間の8時30分から健康づくり推進課 ☎77・1133、77・1111(検診申し込みの旨を申し出てください)か直接(申込順。申し込み開始日は電話がつながりにくいことがあります)

※各項目につき6月~来年3月に1回の受診です。胃がん検診はバリウム検査です。子宮がん、大腸がん検診は、生理中の受診ができません。乳がん検診はペースメーカー使用者、乳房内に注入物がある方の受診ができません。マンモグラフィーは授乳中、生理前1週間~終了に受診できないほか、断乳後約6か月は受診できない場合があります ※12月8日(火)は胃・大腸・肺・乳・子宮がん検診に変更になります

#### ●胃・大腸・肺がん検診

▶実施日 11月16日(月) ▶場 保健福祉プラザ ▶申込期間 9月17日~10月9日

コース	A 胃・大腸・肺	B 胃・大腸	C 胃	D 大腸	E 肺
定	30人	20人	20人	40人	35人
費	2700円	1900円	1400円	500円	800円
受付時間	男性①8:30 ②9:00 女性①9:30 ②10:00 ③10:30				

#### ●胃・大腸・肺・乳・子宮がん検診

▶実施日 12月8日(火) ▶場 保健福祉プラザ ▶申込期間 10月15日~11月5日 ▶その他 検診車での検診時のみ未就学児対象の保育あり(要事前相談)。

コース	受付時間	定	費	対【①年齢(来年3月31日現在) ②性別】
A 胃・大腸・肺・子宮・乳	視触診とマンモグラフィー2方向 視触診とマンモグラフィー1方向	15人	6200円	①40~49歳で偶数年齢②女性
			5700円	①50歳以上で偶数年齢②女性
B 胃・大腸・肺	女性①8:30 ②9:00 ③9:30 男性①10:00 ②10:30 ③11:00	35人	2700円	①40歳以上②不問
C 胃	④14:00 ⑤14:30 ⑥15:00 ⑦15:30	15人	1400円	
D 大腸		50人	500円	
E 肺		50人	800円	
F 子宮(器具挿入の細胞診)		65人	1100円	①20歳以上で偶数年齢②女性
G 乳	視触診とマンモグラフィー2方向 視触診とマンモグラフィー1方向	55人	2400円	①40~49歳で偶数年齢②女性
			1900円	①50歳以上で偶数年齢②女性
H 乳エコー(超音波)	①8:30 ②9:00 ③9:30 ④10:00 ⑤10:30 ⑥11:00 ⑦14:00 ⑧14:30 ⑨15:00 ⑩15:30	65人	1100円	①30~39歳②女性