

「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 ☎同課☎77・1116

あやせ24時間健康相談 ☎ 医師や保健師などが、心や体の健康相談に24時間応じます。フリーダイヤル☎0120・1192・61

認知症カフェ（らくらくカフェ）

認知症の方や家族が気軽に参加し、情報交換や相談ができる集いの場。☎8月10日（水）10時～11時30分 場 地域交流館はなね（上土棚南） ☎ 市内在住の認知症の方と家族など ☎15人（申込順） ☎8月2日から地域包括支援センター 泉正園☎70・1888

健康度見える化コーナー相談会

5種類の機器を使用し、体組成・脳年齢・骨健康度・血管年齢・血圧の測定と結果の印刷をすることができます。希望者には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からアドバイス。☎8月16日（火）9時30分・10時・10時30分・11時 場 保健福祉プラザ ☎各3人（申込順） ☎筆記用具 ☎8月2日から健康づくり推進課☎77・1133

コグニバイク体験講習会

フィットネスバイクと脳年齢計を組み合わせた、脳と体を同時に使うことができるコグニバイクの体験。講習修了後は、月～金曜日の平日8時30分～17時で、自主利用可（講習会実施中は講習会優先）。☎8月16日（火）10時～12時（各15分間） 場 保健福祉プラザ ☎ 市内在住で40歳以上の方 ☎6人（申込順） ☎8月2日から地域包括ケア推進課☎77・1116



離乳食ゴックン教室

離乳食と育児の話。講師は管理栄養士、保健師。☎8月26日（金）10時～11時 場 保健福祉プラザ ☎4～8カ月児の保護者 ☎15人（申込順） ☎母子健康手帳、抱っこひも ☎健康づくり推進課☎77・1133



フレイル予防教室

高齢期の健康維持やフレイル予防に必要な栄養や運動などについて、講義と実技で学ぶ。☎8月31日・9月7日・14日・28日の各水曜日（全4回）10時～11時30分 場 南部ふれあい会館 ☎ 市内在住で65歳以上の方 ☎15人（申込順） ☎動きやすい服装で飲み物、タオル ☎8月2日から地域包括ケア推進課☎77・1116



くう 口腔がん検診

大和綾瀬歯科医師会会員と口腔外科学会専門医による口腔がん検診と口の相談。☎9月22日（木）10時～16時30分 場 休日歯科診療所（保健福祉プラザ内） ☎45人（抽選） ☎はがきに住所、氏名（ふりがな）、性別、生年月日、電話番号、「口腔がん検診希望」を明記し、8月31日までに必着で〒242-0018大和市深見西2-1-25大和綾瀬歯科医師会事務局（☎046・263・0681）へ郵送。当選者には、はがきで通知

8月の健康相談

| 相談の名称など（無料） | | 時（祝日・振り替え休日は除く）・相談内容など | 問 |
|---------------|--------------|--|----------------------|
| 予約制 | 成人健康相談 | 8/2（火）・8/29（月）9:30～11:45。生活習慣病などの相談。骨健康度測定もあり | 健康づくり推進課 ☎77・1133 |
| | 保健師による心の健康相談 | 8/25（木）9:00～11:30。心の健康相談 | |
| | 聴覚相談 | 8/25（木）9:00～11:30。聴覚チェックと聞こえの相談。☎40歳以上の方 | |
| 妊娠・出産・子育て総合相談 | | 毎週月～金曜日8:30～12:15・13:00～17:00。妊娠・出産・子育ての悩み、児童虐待について（電話可） | |
| いきいき健康・食事相談 | | 毎週月～金曜日8:30～12:15・13:00～17:00。健康・栄養・酒害相談など | |
| 高齢者ヘルスアップ相談 | | 8/1（月）10:00～11:00。高齢者福祉会館。健康相談、心の健康相談 | |

市医師会医療機関の臨時休診 ☎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 |
|----------------|-----------------------|-------------|------------------------|
| さとうこどもクリニック | 8/12～8/18 8/29 | あやせ眼科 | 8/11～8/15 |
| あやせ耳鼻咽喉科 | 8/13～8/16 | 佐々木クリニック | 8/4～8/7 8/25～8/28 |
| 熊倉整形外科 | 8/11～8/14 | おかもと小児科 | 8/12～8/18 |
| 綾瀬厚生病院 | 平常通り | 原クリニック | 平常通り |
| とうめい綾瀬腎クリニック | 平常通り | 市川医院 | 8/12～8/15 8/22～8/24 |
| 綾瀬ライフスタイルクリニック | 8/13～8/16 | 菅原医院 | 8/12～8/16 |
| 綾瀬消化器内科クリニック | 8/15～8/20 | あやせ整形外科・眼科 | 8/9～8/16 |
| うえだ皮ふ科 | 7/29～8/1 8/13～8/16 | たけだこどもクリニック | 8/7～8/11 |
| 茂木産婦人科医院 | 8/10～8/18 | あやせ訪問クリニック | 8/5～8/12 |
| 紀医院 | 8/11～8/18 | 吉崎医院 | 8/15～8/20 |
| さくち総合診療クリニック | 平常通り | 矢崎胃腸外科 | 8/11～8/15 |
| 比留川医院 | 8/1 8/13～8/16 | 島田外科・内科 | 8/7～8/11 8/14～8/17 |
| 共ヶ岡診療所 | 8/15～8/20 | | |

※通常休診は除く。詳細については、各医療機関にお問い合わせください

日曜健診の実施について

日曜日に特定健診とがん検診（胃・大腸・肺など）を同時に受診できる日曜健診を実施します。▶時 10月23日（日）受付時間は実施日の1週間前をめぐりに案内書で通知▶場 市役所会議室他▶定 80人程度（申込順）▶対・費 表のとおり▶申 8月15日～9月8日に健康づくり推進課☎77・1133、77・1111（健診申し込みの旨を伝えてください）か直接▶その他 案内書記載の持ち物や注意事項などを要確認。詳しくはあやせいいき健康だよりか市国民健康保険特定健康診査受診の案内を見てください。風しん追加的対策事業対象者で風しん抗体検査を希望する方は、申込時に伝えてください。▶問 保険年金課☎70・5617（特定健診に関すること）、健康づくり推進課☎77・1133（がん検診に関すること）
※がん検診のみの受診はできません。時間の指定はできません。申込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。大腸がん・子宮がん検診は生理中の受診ができません。肺がん検診は、やむを得ず特定健診をキャンセルした場合、費用が変わります。マンモグラフィーは、授乳中、生理前1週間～生理終了に受診できないほか、断乳後約6カ月は受診できない場合があります。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。検診車での検診時のみ

未就学児対象の保育があります（要事前相談）。混雑が予想されるので当日は公共交通機関を利用してください



| 項目 | 費 | 対（年齢は来年3月31日現在） | |
|--------------|-----------------|--|---------------------|
| 特定健診 | 2000円 | 40～74歳で受診時に市国民健康保険に加入中の方※年度中に75歳になる方も受診日時時点で74歳であれば申込可 | |
| 胃（バリウム検査） | 1500円 | 市内在住で40歳以上の方 | |
| 大腸 | 700円 | | |
| 肺 | 500円 | | |
| 肺+喀痰検査 | 1400円 | | |
| 子宮（器具挿入の細胞診） | 1300円 | 市内在住の20歳以上で偶数年齢の女性 | |
| 乳 | 視触診とマンモグラフィー2方向 | 2500円 | 市内在住の40～49歳で偶数年齢の女性 |
| | 視触診とマンモグラフィー1方向 | 2000円 | 市内在住の50歳以上で偶数年齢の女性 |