

# 健康だより



記載なしは原則圖保健医療センター☎77・1133

**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。

## 乳幼児健診と健康相談

▶場所 保健医療センター(記載のあるものを除く)

区分	月日	受付時間	対象など
8~10カ月児健診	生後8~11カ月未満。場所は委託医療機関(市ホームページに一覧あり)		
4~5カ月児健診	8月8日(木) 8月29日(木)	13:00~13:20	25年3月生まれ 個別通知あり
1歳6カ月児健診	8月1日(木) 9月5日(木)	13:00~14:00	24年1月生まれ 24年2月生まれ
2歳児歯科健診	8月8日(木) 9月12日(木)	9:00~9:30	23年8月生まれ 23年9月生まれ 個別通知あり 歯ブラシ持参
3歳6カ月児健診	8月22日(木) 9月19日(木)	13:00~14:00	22年1月生まれ 22年2月生まれ
1歳児歯科育児相談	8月2日(金) 9月6日(金)	9:30~9:50	24年7月生まれ 24年8月生まれ 歯ブラシ持参
子ども健康相談	8月6日(火) 8月21日(水)	9:30~11:00	育児相談を希望の方 予約制

## 市医師会医療機関の臨時休診(8月)

医療機関名	臨時休診日	医療機関名	臨時休診日
あやせ眼科	12日(月)~17日(土)	さとうこどもクリニック	12日(月)~15日(木) 29日(木)~31日(土)
あやせ整形外科眼科	9日(金)~16日(金)	島田外科・内科	13日(火)~17日(土) 21日(水)
あやせ訪問クリニック	12日(月)~17日(土)	菅原医院	14日(水)~17日(土)
市川医院	12日(月)~13日(火) 21日(水)~24日(土)	ただこどもクリニック	22日(木)~24日(土)
緒方医院	14日(水)~17日(土)	共々岡診療所	12日(月)~17日(土)
おかもと小児科	19日(月)~24日(土)	比留川医院	12日(月)~16日(金)
かしわぎクリニック	13日(火)~16日(金)	宮内耳鼻咽喉科医院	12日(月)~17日(土)
紀医院	12日(月)~17日(土)	茂木産婦人科医院	21日(水)~24日(土)
佐々木クリニック	17日(土) 26日(月)~31日(土)	吉崎医院	15日(木)~22日(木)

※詳細については、各医療機関へお問い合わせください

## 育児教室

8月30日(金)・9月3日(火)・11日(水)13時30分~15時、保健医療センター(全3回)。30日は赤ちゃんの健康チェック(身体測定など)と子育てトーク、3日は離乳食の話と試食。11日は赤ちゃんと一緒に体操。生後2~5カ月の第1子と保護者対象。定員30組(申込順)。8月2日から同センター。

■スズメバチの巣の駆除費を一部補助  
スズメバチが営巣している建物か敷地の管理者か所有者対象。単年度で

申請者1人につき1件。同一敷地内に巣が2個以上あっても1件。補助額は駆除費用(消費税除く)の2分の1で1万円を限度。領収書発行日から30日以内にスズメバチ駆除費の記載された領収書・巣の写真(駆除前・後)・印鑑を持参し、保健医療センターへ直接。

### 〈スズメバチの見分け方〉

- ①巣は円形で出入口が一つ
- ②胸と腹のくびれが明確
- ③直線的に飛び足は垂らさない

## 胃がん・大腸がん・肺がん検診

9月7日(土)・17日(火)保健医療センター。市内在住で来年3月31日現在40歳以上の方対象。8月2日~23日8時30分から同センター☎77・1133、77・1111(代表電話のため検診申し込みの旨を伝えてください)か直接(申込順)。受診票など持参(検診日の1週間前までに郵送します。併せて受付時間を割り振って通知します)。市民税非課税世帯、生活保護世帯、70歳以上の方は検診負担金が免除されます。申し込み時に伝えてください。毎年、4月~翌年3月の間に1回の受診です。

コース	A(胃・大腸・肺)	B(胃・大腸)	C(胃)	D(大腸)	E(肺)
定員	50人	30人	30人	40人	35人
負担金	2200円	1600円	1100円	500円	600円
受付時間	男性①8時30分から ②9時から 女性①9時30分から ②10時から ③10時30分から				

※申し込みが集中するため、電話がかかりにくいことがあります  
※保健師による健康相談と骨密度測定(17日のみ)も実施します

## 転倒予防教室(高齢者福祉会館トレーニングマシン講習会)

9月6日(金)・13日(金)9時30分~11時、高齢者福祉会館(全2回)。転倒予防の知識や実技、トレーニング機器の使用方法を学びます(終了後、トレーニング機器の使用許可証を配布)。講師は健康運動実践指導者。65歳以上の方対象。定員15人(申込順)。8月2日から保健医療センター。



## 口腔がん無料検診

9月12日(木)13時~16時、保健医療センター内休日歯科診療所。大和歯

科医師会会員と口腔外科学会専門医が口腔がん検診と口の相談を行います。定員30名(抽選)。封書で、住所・氏名(ふりがな)・性別・生年月日・電話番号と「口腔がん検診希望」と明記し、8月20日までに必着で〒242-0018大和市深見西2-1-25大和歯科医師会事務局へ郵送。当選者にははがきで通知します。同会事務局☎046・263・0681。

## 狂犬病予防注射・登録は済みましたか

犬の飼い主は、毎年4月~6月の間に一度、狂犬病予防注射を受けさせなければなりません。済んでいない場合は、必ず受けさせるとともに、注射後は注射済票の交付を受けてください。手数料は1頭550円です。

## 健康ひとくちメモ

### ~夏に気を付けたい感染症~

夏になると手足口病が流行します。手のひら、足の裏、口の中に発疹と水泡ができるのが特徴です。一般的には発熱で始まり、1週間から10日程度で自然に治ります。乳幼児に多い病気ですが、大人にも感染します。元気があれば自宅で様子を見ますが、口の中に

水泡ができると水分や食事が取れないこともあります。喉越しが良く刺激が少ない(酸味を避ける)食事を心掛けましょう。水分が取れない場合は、脱水が心配なので病院を受診しましょう。

プール熱(咽頭結膜炎)も夏に流行します。38~40℃の高熱が1週間程度続き、喉の痛みと結膜炎が特徴です。

夏場は免疫力が下がるので、規則正しい生活を送り、感染症にかからない体づくりに心掛けましょう。

相談の名称(相談無料)	日時(祝日・振替休日は除く)・相談内容など	問い合わせ	
8月の相談	法律相談(弁護士)	7日・14日・21日・28日の各水曜日13時~16時30分(予約は前週の相談日8時30分から)	市民課☎70・5605
	夜間法律相談(弁護士)	8日・22日の各木曜日18時~20時30分(予約は前週の木曜日8時30分から)	
	行政書士相談(行政書士)	5日(月)13時~16時。相続、遺言などに関する事	
	不動産相談(専門相談員)	19日(月)13時~16時。不動産に関する事	
	子育て相談(専門相談員)	毎週月~金曜日9時15分~12時・13時~17時。子育ての悩み、児童虐待について(電話可)	子育て支援課☎70・5664
	障がい児者相談(援護施設職員)	毎週月・火・水・金曜日10時~15時。障がい児者の生活全般について	障がい福祉課☎70・5623
	成人健康相談	日時・場所は問い合わせてください(生活習慣病などの相談、聴覚の簡易検査希望の方)	保健医療センター☎77・1133
	保健師による心の健康相談	1日(木)10時~11時30分。心の健康相談	
	聴覚相談	1日(木)9時~11時30分。聴覚チェックと聞こえの相談。40歳以上の方対象	
	シニアあったか相談(専門相談員)	毎週月曜日10時~15時。一人暮らし高齢者の心配事などについて	高齢介護課☎70・5616
DV専門相談(専門相談員)	2日・9日・16日・23日・30日の各金曜日13時~17時。配偶者などからの暴力について	市民課☎70・5605	
行政相談(行政相談員)	12日(月)13時~16時。国・県・市などの行政に関する意見や苦情		
人権身上相談(人権擁護委員)	12日(月)13時~16時、305会議室。近隣トラブル、いじめ、暴力など		
一般相談	毎週月~金曜日8時30分~12時・13時~17時		
いきいき健康・食事相談	毎週月~金曜日8時30分~12時15分・13時~17時。健康・栄養相談、酒害相談など	保健医療センター☎77・1133	
高齢者ヘルスアップ相談	5日(月)10時~11時30分、高齢者福祉会館。健康相談・心の健康相談	消費生活センター☎70・3335	
消費生活相談(専門相談員)	月・火・木・金曜日10時~12時・13時~16時。訪問販売・商品のトラブルなど(電話可)		
教育相談	毎週月~金曜日8時30分~17時。子どもの教育・生活に関する心配事・悩みなど		教育研究所☎79・0222
青少年相談	毎週月~金曜日9時~17時。子どもの悩み・非行・ひきこもりなど ☎su9940@city.ayase.kanagawa.jpでも可	青少年相談室☎77・7830	
子どもなんでも相談	毎週月~金曜日13時30分~16時。心身に障がいのある乳幼児について	もみの木園☎76・6770	
市長と未来を語る部屋	22日(木)14時~16時。定員4組(1組3人まで)各20分以内。市政全般に関する建設的な提案など。政治・宗教・営業活動は除く。※公務で日程変更する場合があります	政策経営課☎70・5635	

8月はかながわ食育月間です。子どもも積極的に調理に参加できる、楽しい食体験の場をつくりませんか!まずは親子で食材の買い物に行ってみましょう。