

## こどもの保健コーナー

問合せ 子ども育成課 ☎876-1111 内線224・225

特に記載のない事業の場所は、保健センターです。\*なお保健センターの駐車場には限りがあるため、自家用車での来場はなるべくお控えください。

### 2か月児育児相談

申込み不要

受付時間 9時15分～9時30分 実施時間 9時30分～11時

24年 4月17日(火)	5月 8日(火)	6月 5日(火)
24年 1月生まれ	24年 2月生まれ	24年 3月生まれ
母子健康手帳・バスタオルを忘れずに		

### 10か月児健診

申込み不要

受付時間 9時～9時30分

24年 4月26日(木)	5月17日(木)	6月14日(木)
23年 5月生まれ	23年 6月生まれ	23年 7月生まれ
母子健康手帳を忘れずに		

### 2歳児歯科健診

申込み不要

受付時間 9時15分～9時30分

24年 5月22日(火)	7月17日(火)
22年 2月、3月生まれ	22年 4月、5月生まれ
母子健康手帳・歯ブラシを忘れずに	

### ぴよぴよ相談日(母子の健康相談)

申込み不要

子育てで、ちょっと心配なこと、気になることについて保健師等が相談に応じます。身長・体重の計測もできますので、お気軽にご利用ください。

日にち	場所	時間	対象
平成24年4月16日(月)	保健センター	10時00分	0歳～ 就学前位までの乳幼児とその保護者
5月14日(月)	保健センター	?	
5月28日(月)	葉桜児童館	11時00分	
6月 4日(月)	保健センター	の間随時	
母子健康手帳を忘れずに			

\*24年度より実施時間を変更しておりますのでご了承ください

### 2歳児教室

申込み制

受付時間 9時15分～9時30分 実施時間 9時30分～11時

2歳頃になると集団の遊びがとて大切になってきます。2歳児の生活習慣や集団遊びについて学びながら、お友達をつくりませんか。

日にち	内容	講師
平成24年 6月12日(火)	どんな遊びが好きですか。 —みんなで遊ぼう— リズム遊び、手遊び等(遊びの実技) 2歳ってどんな頃? (講話) —発達と関わり方について—	指導員 心理発達相談員
母子健康手帳を忘れずに		

対象 平成22年1月～3月生まれの子と保護者

### ポリオ(急性灰白髄炎) 予防接種

受付時間 13時30分～14時30分

対象者 接種当日が生後3か月から90か月未満のお子さんで、2回目は1回目接種後41日以上あける必要があります。標準的な接種時期は、接種当日生後3か月から18か月です。

日にち	地区別
平成24年5月11日(金)	一色1～1900
5月16日(水)	長柄
5月25日(金)	堀内
5月30日(水)	一色1901～2600、木古庭、上山口、下山口
母子健康手帳・予防票を忘れずに	

### 4か月児健診

申込み不要

受付時間 9時～9時30分

24年 4月19日(木)	5月10日(木)	6月 7日(木)
23年11月生まれ	23年12月生まれ	24年 1月生まれ
母子健康手帳を忘れずに		

### 1歳6か月児健診

申込み不要

受付時間 13時～13時30分

24年 4月19日(木)	5月24日(木)	6月21日(木)
22年 9月生まれ	22年10月生まれ	22年11月生まれ
母子健康手帳・問診票・歯ブラシを忘れずに		

### 3歳児健診

申込み不要

受付時間 13時～13時30分

24年 4月26日(木)	5月31日(木)	6月28日(木)
21年 4月生まれ	21年 5月生まれ	21年 6月生まれ
母子健康手帳・問診票・歯ブラシ・採尿・視聴覚アンケートを忘れずに		

### 離乳食教室

申込み制

受付時間 13時15分～13時30分 実施時間 13時30分～15時

24年 5月 8日(火)	7月 3日(火)
23年10月、11月生まれ	23年12月、24年 1月生まれ
母子健康手帳・バスタオルを忘れずに	

### すこやか育児教室

申込み制

受付時間 9時15分～9時30分 実施時間 9時30分～11時

赤ちゃんも1歳のお誕生日を境に幼児の仲間入りをします。幼児期の生活などについて楽しく学び、これからの育児に役立てましょう。

日にち	内容	講師
24年 4月24日(火)	歯の健康(講話とブラッシング指導) 子どもの食事(講話) 子どもの健康管理について(講話)	歯科衛生士 管理栄養士 保健師
母子健康手帳・歯ブラシを忘れずに		

対象 平成23年2～4月生まれの子と保護者

### 両親教室

申込み制

ご出産にむけ心配なこと、不安なことはありませんか?

出産・育児について学びながらこれからの準備をしましょう。初産・経産を問わずお待ちしております。是非お父さんも誘ってお越しください。

日にち	内容
平成24年 5月22日(火)	妊娠中の過ごし方・親と子の歯の健康
5月29日(火)	妊婦体操・妊娠中の栄養(講話と調理実習)
6月 5日(火)	沐浴実習・育児についての話
6月12日(火)	産後の健康・ビデオ「赤ちゃんの素晴らしき生命」等

受付時間 13時15分～13時30分 ※4日間で1コースです  
実施時間 13時30分～15時30分 (4日目のみ15時40分終了)

対象 現在妊娠中の方とその家族  
持ち物 母子健康手帳(毎回)、歯ブラシ・手鏡(1日目)  
エプロン(2,3日目)

## 幼稚園保育園巡回相談事業について

葉山町では、幼稚園や保育園に専門職（心理発達相談員等）が訪問し、お子さんの心身の発達について支援する「巡回相談事業」を行っています。

詳しい日程等は幼稚園や保育園を通してお知らせします。

**おとなの保健コーナー** 問合せ 保健センター ☎875-1275 町ホームページ <http://www.town.hayama.lg.jp/>

## 平成24年度 集団健診（検診）の日程及び申込方法

74歳以下の方は葉山町保健センター、逗子市保健センター、逗子市役所(2月3日のみ)で行っている健診(検診)を受けることができます。  
75歳以上の方は、葉山町保健センターのみでの健診(検診)受診となります。

### 申込方法

※申込みは郵送のみで受け付けます。（受付最終日の消印有効）電話・FAX・インターネット等での申込みはできません。

※国民健康保険にご加入の40歳～74歳の特定健診の対象者には、特定健診受診券と申込書、返信用封筒を送付しています。

受診券を紛失された方は、葉山町健康増進課（電話 876-1111 内線 211～214）へお問合せください。

※社会保険等加入の人で、がん検診・骨粗しょう症検診・肝炎ウイルス検査を受診希望の人は、右記の通りハガキに記入し、お申込みください。

**問合せ** 集団健診(検診)の当日キャンセル、施設検診の医療機関についての問い合わせは

保健センター ☎875-1275  
 長寿健診についての問合せは 葉山町役場健康増進課 ☎876-1111 内線211～214  
 集団健診(検診)申込後の問合せは 逗葉地域医療センター ☎873-7752

### 申込みハガキの記入見本

249-0003 逗子市池子字棧敷戸 1892-6 財団法人 逗葉地域医療センター 行	葉山町がん検診等 申込書 月 日 検診日・会場 住所 氏名(ふりがな) 生年月日(年齢) 性別 電話番号 希望検診名
--	--

おもて

うら

場 所	平成24年										平成25年	
	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	1月	2月
葉山町保健センター	21日(月)	11日(月) 29日(金)	10日(火) 25日(水)	21日(火)	18日(火)	5日(金) 29日(月)	19日(月)	26日(水)	11日(金) 18日(金)	15日(金)		
逗子市保健センター	24日(木) 29日(火)	2日(土) 22日(金)	3日(火)	6日(月)	28日(金)	15日(月) 23日(火)	14日(水)	7日(金)	15日(火) 24日(木)	7日(木) 13日(水)		
逗子市役所												3日(日)
受付期間(各初日から 最終日までの消印有効)	4月16日 ～22日	5月1日 ～7日	6月1日 ～7日	7月1日 ～7日	8月1日 ～7日	9月1日 ～7日	10月1日 ～7日	11月1日 ～7日	12月1日 ～7日	1月1日 ～7日	1月1日 ～7日	

※  の日には、子宮がん検診も実施しています。 ※各種健診の結果は健康管理を目的として町(保健センター)に提出されます。

### 各種健診(検診)内容

種類	対 象	内 容	集 団	施 設
特定健診	国民健康保険加入者の40歳～74歳	身体測定、血圧測定、検尿、血液検査、診察、医師の判断により心電図・眼底検査	1,500円	
長寿健診	75歳以上	同上	無料	
前立腺がん検診	40歳以上の男性	血液検査でPSA(前立腺がん特異抗原)を測定	1,000円	
胃がん検診 (レントゲン撮影)	40歳以上	バリウムを飲んだ後、撮影を行います。 集団検診は胃を8枚撮影。 施設検診は食道・胃を9枚撮影。	1,000円	3,500円
乳がん視触診検診	20歳～39歳	視触診による検査。	600円	900円
乳がん検診	40歳以上 偶数歳の人 (2年に1回)※1	視触診受診後マンモグラフィー(乳房のレントゲン撮影)を実施。集団検診では同日保健センターで受診できます。40歳以上の人の視触診のみの受診はできません。	1,500円	2,200円
子宮がん検診 (頸部)	20歳以上※2	子宮頸部の粘膜をとり顕微鏡で検査。施設検診では、必要に応じてコルポスコブ検査。 *妊娠している人は施設検診で実施。	900円	1,700円
肺がん検診	40歳以上	胸部直接撮影を1枚実施。 問診の内容によって痰の検査を実施。	700円 800円	なし
大腸がん検診	40歳以上※3	検便により潜血反応を検査。	500円	
骨粗しょう症検診	20歳以上	超音波によりかかとの骨の状態を検査。	800円	
歯周疾患検診	40・50・60歳※4	口の中の状態を検査。	なし	500円
肝炎ウイルス検査	40歳	希望する対象者にB型・C型肝炎の検査をします。◎問診時に同意書をいただきます。	無料	
	41歳以上で、過去に肝炎ウイルス検診を受診していない人	希望する対象者にB型・C型肝炎の検査をします。◎問診時に同意書をいただきます。	1,200円	

※1 平成24年4月1日現在で、40・45・50・55・60歳に達している女性につきましては、女性特有がんクーポン(無料)の対象者です。対象者には6月以降に送付する予定です。  
 ※2 平成24年4月1日現在で、20・25・30・35・40歳に達している女性につきましては、女性特有がんクーポン(無料)の対象者です。対象者には6月以降に送付する予定です。  
 ※3 平成24年4月1日現在で、40・45・50・55・60歳に達している方につきましては、大腸がんクーポン(無料)の対象者です。対象者には6月以降に送付する予定です。  
 ※4 平成24年度に40・50・60歳に達する方が対象です。対象者には5月に送付する予定です。  
 ○施設健診(検診)をご希望の人は、直接医療機関へお申込みください。

## 今年度の健康増進事業のご案内

平成24年4～5月開催予定の教室の募集をいたします。是非お申込みください。

教室名	定員開催日	内 容 (対象年齢等)
シェイプアップ 教室	先着 15人 5月11日(金) 18日(金) 25日(金) 6月 1日(金) 全て 10:00～11:00	日頃運動不足が気になっているけれど一人では運動出来ない方や、体重増加が気になっているのに減量がスムーズに出来ない方などにお勧めの教室です。 エアロビクス(ソフトから開始します)で有酸素運動を体験し、バランスボールなどの運動器具を体験します。4回通して、体を動かすことが楽しくなってくる変化を是非実感してください。昨年参加された方も、お待ちしております。 <b>対象:</b> おおむね40歳以上の方 <b>場所:</b> 保健センター <b>参加料:</b> 1コース2,000円(初回に徴収します。4日間参加できない方も同額です) <b>持ち物:</b> 動きやすい服装、タオル、飲み物

お申込みは、保健センターにお電話ください。 ☎875-1275

## ヘルスマイト(食生活改善推進員)養成講座のお知らせ

健康的な食生活をおくるための知識・技術を学び、地域の健康づくりの場で、ボランティアとして食生活改善を推進していく人材の育成を目的に実施します。

※葉山町若宮会は、町の健康づくりの場で食生活改善推進員としてボランティア活動をしている団体です。

**受講料** 教材費・調理実習費(1回500円程度)は、受講者負担です。

**定員** 15名(継続して出席できる方。養成講座の修了証交付には、8割以上の出席が必要です。)

**申込方法** 保健センターへ電話でお申込みください。  
☎875-1275

1	日時(予定)	内 容	場 所
2	6月 6日(水) 9:30～12:00	開講式	逗子市保健センター
3	6月13日(水) 10:00～14:00	献立のたて方について	葉山町保健センター
4	7月11日(水) 10:00～14:00	衛生的な調理と食中毒予防について	鎌倉保健福祉事務所
5	8月 8日(水) 10:00～14:00	食育	葉山町保健センター
6	9月12日(水) 10:00～14:00	生活習慣病予防と食生活	葉山町保健センター
7	10月19日(水) 10:00～14:00	疾病予防と食生活身体活動について	葉山町保健センター
8	11月21日(木)・29日(木)12月14日(金)・21日(金)のいずれか 10:00～11:00	身体活動と運動(実技)	葉山町保健センター
9	11月14日(水) 10:00～14:00	葉山町若宮会(*)の活動見学	葉山町保健センター
10	12月12日(水) 10:00～14:00	健康と食生活について	葉山町保健センター
11	1月16日(水) 10:00～14:00	健康と食生活について	葉山町保健センター
	2月13日(水) 10:00～14:00	まとめ	葉山町保健センター

## 練功十八法を体験してみませんか?

葉山町では、みなさんが身近なところで気軽に出来る健康体操として、練功十八法に取り組んでいます。

練功十八法とは、太極拳に似た中国で行われている健康体操です。現在、町で指導員を養成し、地域の中の身近なところで練功十八法を体験できるよう次のとおり実施しています。ぜひ、ご参加ください。

開催日	時 間	場 所
平成24年 4月16日(月) 5月14日(月)	13:30～14:30	保健センター

問合せ 練功普及会指導員 黒田晴江さん ☎875-1428  
葉山町保健センター ☎875-1275

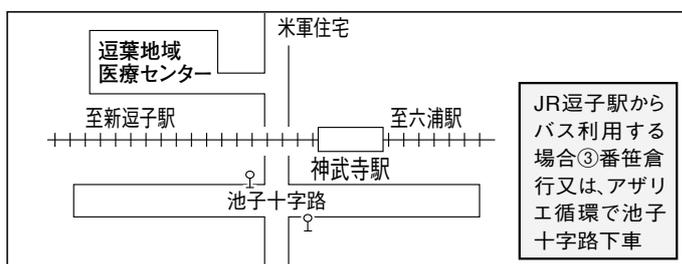
## 急患診療の案内

問合せ 逗葉地域医療センター ☎873-7752  
葉山町消防署 ☎876-0119

休日・夜間など多くの医療機関が休診のとき、けがをしたり熱が出たり、歯が痛くてがまんが出来ないなど、急を要するときは急患診療をご利用ください。

※受診の際は健康保険証を忘れずにお持ちください。

		休 日	夜 間
逗葉地域 医療センター	内科系・外科系	10:00～17:00	20:00～23:00
	歯 科		



## ★犬や猫を飼っている皆さんへ

### ◎狂犬病予防接種（集合注射）のお知らせ

平成24年度の狂犬病予防接種を下記の日程で実施します。当日は、新規登録・転入登録等も受け付けますので、注射と併せて手続きをしてください。

**料金** 注射費用 3,500円(予防接種料金2,950円+注射済票550円)  
新規登録 3,000円  
転入登録 無料(転出元の鑑札を持参した場合)  
1,600円(転出元の鑑札がない場合)

**持ち物** ハガキ(集合注射のお知らせ)

黄色い愛犬手帳  
フンを持ち帰るためのビニール袋等

※ 当日都合の悪い人は、開業獣医師で予防接種を受け、必ず保健センターに届け出てください。

※ 犬の具合の悪い人は、担当獣医師にご相談ください。

※ 死亡、飼い主の変更、転居等の変更事項のある場合は、必ず保健センターへ届け出てください。死亡、町内での転居については、葉山町ホームページの「便利なサービス」から変更もできます。

日にち	時間	場所
4月23日(月)	9:30~10:30	木古庭ふれあい公園
	11:00~12:00	上山口会館
	13:00~14:00	花の木公園
	14:30~15:30	堀内光徳寺
4月24日(火)	9:30~10:30	堀内防災広場
	11:00~12:00	堀内会館
	13:00~14:00	「葉山公園入口」交差点大海荘駐車場
	14:30~15:30	葉山町保健センター
4月25日(水)	9:00~10:00	葉桜児童館
	10:30~11:30	長柄会館

※ 荒天時は日程が変更になることもありますので、当日保健センターへお問い合わせください。

## 県鎌倉保健福祉事務所の相談と教室 申込み・問合せ 鎌倉保健福祉事務所 ☎0467-24-3900

### 食品衛生責任者養成講習会のお知らせ

**内容** 飲食業や食品製造・販売業の営業に必要な資格(調理師・栄養士等)を持っていない方を対象とした食品衛生責任者養成講習会

**日時** 6月7日(木)午前10時~午後5時

**場所** 鎌倉芸術館

**対象** 飲食業や食品製造・販売業に必要な資格(調理師・栄養士等)を持っていない方

**定員** 145名(先着順)

**申込** 5月9日(水)から 午前10時~午後4時

鎌倉保健福祉事務所 講堂にて事前申し込み制

受付の際、受講料1万円と写真2枚(横3センチ × 縦4センチ)を持参すること

**問合せ** 鎌倉食品衛生協会(鎌倉保健福祉事務所内) ☎0467-22-9488

### 歯っぴいスマイル相談

**内容** 検診・保健指導・むし歯予防処置・食べ方の相談

**日時** 4月25日(水)午後1時15分から

**場所** 鎌倉保健福祉事務所

**対象** 心身に病気や障害等があり、通常の歯科検診を受けにくいお子さん

**申込** 事前申込制 鎌倉保健福祉事務所 保健福祉課 ☎0467-24-3900

事業名	内容	月日	時間
認知症相談	認知症やもの忘れについての医師による相談(予約制) (保健師による電話・面接相談は随時実施)	4月17日(火)	13:30~16:00
		5月11日(金)	9:00~11:30
		5月15日(火)	13:30~16:00
こころの健康相談	こころの病気ではないかという心配、ひきこもり、療養の仕方、患者への家族の接し方などについて精神科医師による相談(予約制) (ケースワーカーと保健師による電話・面接相談は随時実施)	4月5日(木)	9:00~11:30
		4月27日(金)	13:30~16:00
		5月22日(火)	13:30~16:00
		5月25日(金)	13:30~16:00
アルコール教室	アルコール依存症についての知識やかかわり方について学び話し合う場 対象:アルコール依存症の人及びご家族(事前申込制)	お問い合わせください	
「らく楽の会」	難病患者とご家族の情報交換及び交流会(事前申込制)	4月12日(木)	13:30~15:00
		5月10日(木)	
妊婦さんの歯ぐきの検診	歯周病予防のための歯と歯ぐきの検診、歯磨き実習(予約制) ※会場は葉山町保健センター	4月5日なし	
女性のための健康相談	更年期症状・月経異常・イライラ感等女性の心と身体の健康について 女性の産婦人科医師や心理カウンセラーによる相談(予約制) (保健師による電話相談は随時実施)	5月10日(木)	14:00~16:00
禁煙相談	禁煙のための相談	随時	
エイズの相談・検査	エイズに関する個別相談とHIV抗体血液検査(予約制)(匿名で受けられます) ※検査結果通知は1週間後の月曜日(要来所)	毎週月曜日	13:15~16:00
肝炎ウイルス検査	C型肝炎等ウイルスの血液検査(39歳以下の対象)(予約制) ※検査結果通知は2週間後の月曜日(要来所)	毎週月曜日	13:15~16:00
薬物乱用問題の相談	本人・家族等の薬物乱用、依存症に関する相談	随時	
住まいと健康の相談	住宅環境についての相談(シックハウス・害虫駆除等の情報提供など)	随時	

会場 特に記載のないものは、鎌倉保健福祉事務所  
問い合わせ・申し込みは鎌倉保健福祉事務所(☎0467-24-3900)まで  
ホームページもご利用ください <http://www.pref.kanagawa.jp/cnt/f35/>