

# 健康情報

特に場所・問合せの明記がないものは、町保健センター（☎875-1275）です。

## 講習会

食品衛生責任者講習会

日時 2月24日(月)

14時～15時30分

場所 逗子市商工会館

対象 昨年4月以降に講習会を受講

していない食品衛生責任者

定員 180人

※申込みは不要です。

問合せ 鎌倉保健福祉事務所

食品衛生課

☎0467124139000

内線273

### かかりつけの救急情報カード

#### ◆救急医療に活用

かかりつけ医や服薬内容などの医療情報を記入した「救急情報カード」(ページ下部部分を切り取ってお使いください)は、葉山町消防署と医師の協力によって、その情報を救急医療に活用します。

持病や服薬等の医療情報を確認することで、適切で迅速な処置が行えること、また緊急連絡先の把握によって、大切な情報の収集、親族などのより早い協力が得られます。

#### ◆記載する情報は最新のもの!

カードに記載する医療情報は、いつも最新のものに取り替えてください。情報の更新し忘れを防ぐため、新しいカードが必要な人は町HPからダウンロードするか健康増進課までお越しください。

#### ◆カードは冷蔵庫に貼ろう

かけつけた救急隊員がすぐに医療情報を確認できるよう、救急情報カードは冷蔵庫にマグネット(磁石)等で貼ってください。ほとんどのお宅で、冷蔵庫は台所にあるので、カードがすぐに見つけられます。

問合せ 健康増進課 ☎内線216

保健センター ☎875-11275

-----キリトリ線-----

## 救急情報カード

私は、この情報を、緊急時に救急時に救急隊、消防隊及び搬送先の医療機関等が活用することに同意します。

記入日	年	月	日
ふりがな			
氏名			
住所	葉山町		
電話番号	—		
性別	男・女	血液型	A・B・O・AB
生年月日	明治・大正・昭和・平成	年	月 日
緊急連絡先	1	氏名	続柄
		住所	
		電話番号	
緊急連絡先	2	氏名	続柄
		住所	
		電話番号	
緊急連絡先	3	氏名	続柄
		住所	
		電話番号	
病歴	無・有( )		
かかりつけ医	名称		
	電話番号	—	
	名称		
	電話番号	—	
現在服用薬	無・有( )		
アレルギー	無・有( )		
備考			

## 献血・催しなど

献血にご協力ください

皆さんの献血でたくさんの方の命が救われています。男性17歳、女性18歳以上64歳以下で、50キログラム以上の方への400ミリリットル献血をお願いしています。

※60〜64歳で献血した人は、69歳まで献血することができます。

日時 2月5日(水)

10時〜11時30分、13時〜16時

場所 葉山町役場駐車場

**バランスよく食べてロコモ予防!**

生きがいと健康づくり推進事業の一つとして、ロコモ(移動できる力が低下したため要介護になる危険の高い状態)を予防するための教室を開催します。町保健師や食生活改善推進団体、健康運動指導士(衣笠病院)による体操、調理実習、お話しなどです。(筆記用具・エプロン持参)

日時 2月14日(金)10時〜14時

対象 おおむね60歳以上

費用 無料 定員 24人(先着順)

申込み・問合せ 葉山町デイサービス

☎877-11818

締切 2月10日(月)

練功十八法を体験しませんか?

ゆっくりとした体操です。どんな年齢の方でも、申込みなしで気軽に参加できます。

日時 2月17日(月)

13時30分〜14時30分

問合せ 練功普及会 黒田

☎875-11428

**シェイプアップ教室**

継続的な運動で、肥満予防や太りにくい体づくりを目指しましょう!

日にち 2月21日、28日、3月7日、

14日(すべて金曜)

費用 1コース2000円(初回徴

収、4日間参加できない人も同額)

持ち物 タオル、飲み物、動きやすい

服装・靴

申込み・問合せ 保健センター

☎875-11275

**生活機能訓練相談会**

リウマチやパーキンソン病、脳梗塞などで運動機能の低下がある方、家庭でできるリハビリを知りたい方などを対象に、理学療法士による個別相談を実施します。

日時 3月18日(火)13時30分から

15時30分の間で一人40分程度

対象 介護保険サービスでリハビリを受けていない方

※持ち物等の詳細は申込み時に説明。

## 鎌倉保健福祉事務所より

※場所の明記がないものは全て鎌倉保健福祉事務所です。

**認知症相談**

医師が相談に乗ります。(予約制)

日時 2月18日(火)

13時30分〜16時

**こころの健康相談**

心の病気の心配や家族の接し方など、精神科医師が相談に乗ります。(予約制) ※電話・面接相談は随時。

日時 2月26日(水)9時〜11時30分

28日(金)13時30分〜16時

**アルコール教室 ※申込み制**

依存症の知識や関わり方です。

日時 2月21日(金)15時〜17時

対象 依存症の人とその家族

**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、歯みがき実習です。(予約制)

日時 2月24日(月)13時10分から

その他、「禁煙相談」、「薬物乱用問題の相談」、「住まいと健康の相談」は随時実施しています。詳しくは県HPから確認できます。申込み・問合せは鎌倉保健福祉事務所へ。

☎0467-12413900

## 特定健診・がん検診を受診していますか?



特定健診・がん検診は集団、もしくは施設で年度に1回受診していたものです。国民健康保険に加入していて特定健診を受けていない方は、医療機関で受ける施設検診のみ2月28日まで受けられます。がん検診も施設検診のみ3月31日まで受け

られます。直接医療機関へお申込みください(集団健診の受付は終了しています)。

※各種検診内容は広報1月号をご覧ください。

問合せ 保健センター

☎875-1275