

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。

4か月児健診

申込み不要

受付時間 9時～9時30分

2月5日(木)	3月5日(木)	4月9日(木)予定
20年9月生まれ	20年10月生まれ	20年11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

2月19日(木)	3月12日(木)	4月16日(木)予定
19年7月生まれ	19年8月生まれ	19年9月生まれ
母子健康手帳・問診票・歯ブラシを忘れずに		

2歳児歯科健診

申込み不要

受付時間 9時15分～9時30分

3月24日(火)	5月26日(火)予定
18年12月、19年1月生まれ	19年2月、3月生まれ
母子健康手帳・歯ブラシを忘れずに	

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

2月3日(火)	3月3日(火)	4月14日(火)予定
20年11月生まれ	20年12月生まれ	21年1月生まれ
母子健康手帳・バスタオルを忘れずに		

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
2月2日(月)	保健センター	10時～11時の間 随時	0歳～就学前位までの乳幼児とその親等
2月9日(月)	葉桜児童館		
2月13日(金)	上山口児童館		
2月16日(月)	元町児童館		
3月2日(月)	保健センター		

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

3月3日(火)	5月14日(木)予定
20年8月、9月生まれ	20年10月、11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

2月12日(木)	3月12日(木)	4月16日(木)予定
20年3月生まれ	20年4月生まれ	20年5月生まれ
母子健康手帳を忘れずに		

3歳児健診

申込み不要

受付時間 13時～13時30分

2月26日(木)	3月19日(木)	4月23日(木)予定
18年2月生まれ	18年3月生まれ	18年4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		

すこやか育児教室

申込み制

受付時間 9時15分～9時30分

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。幼児期の生活や遊び方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。

日時	内容	講師
2月10日(火) 9時30分～11時	子どもの食事(講話と試食) 歯の健康(講話とブラッシング指導) 子どもの健康管理について(講話)	栄養士 歯科衛生士 保健師
母子健康手帳、歯ブラシ、スプーン、飲み物(お茶)を忘れずに		

対象 平成19年11・12月、平成20年1月生まれのお子さんと保護者

2歳児教室

申込み制

受付時間 9時15分～9時30分

2歳頃になると集団の遊びがとても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
3月10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)	保健師 指導員
3月17日(火)	2歳ってどんな頃?(講話) ——関わり方について—— 幼児の食事について(講話と試食)	心理相談員 保健師 栄養士
母子健康手帳、スプーン、飲み物(お茶)を忘れずに		

対象 平成18年10・11・12月生まれのお子さんと保護者

子育て安心教室「おやつ作り講座」

申込み制

一度に多くを食べられない子どもにとって、おやつも3回の食事を補う、大切な食事の一部です。おやつ作りを通して、子どもの健康と食育について考えましょう。

対象 幼児の親・食育に関心のある人

実習材料費 300円

持ち物 エプロン、容器

定員 20名

日時	内容	講師
2月17日(火) 10～12時	「幼児のおやつ作り」 ～調理実習と講話～	柳澤 芳子氏 (県食育指導員)

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/>

健診のご案内

今年度の特定健診はすべて終了しました。

ただし、年度内（平成21年3月31日まで）にがん検診を希望する場合は、逗葉医師会加入の医療機関で受診できます。（要予約）

検診名	対象者	内容	施設検診自己負担金
前立腺がん検診	40歳以上の人	血液の分析により、腫瘍の有無を検査	1,000円
胃がん検診	40歳以上の人	バリウムを飲み直接撮影で9枚撮影	3,500円
乳がん視触診	20歳～39歳の人	専門医の視触診による検査。 乳せん症、乳腺繊維腺腫なども発見できます	900円
乳がん検診	検診日当日 40歳以上 偶数歳の人	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。 40歳以上の方は、視触診のみの受診はできません	視触診 900円 マンモグラフィー 1,300円
子宮頸がん検診	20歳以上の人	子宮頸部の粘膜をとり顕微鏡で検査	1,700円

※検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。

※国民健康保険ご加入の40才～74歳の人で、人間ドックを受診した人は、結果を健康増進課へご提出ください。

問合せ 健康増進課☎876-1111内線211 保健センター☎875-1275

歯周疾患検診は受けられましたか？

歯周病は日ごろの生活習慣と関係の深い「歯と歯ぐきの生活習慣病」です。中高年の人の歯の抜ける原因の多くが歯周病です。しかし、歯周病や、むし歯など、初期の段階では自覚症状がないため、定期健診がとても大切です。昨年5月から、今年度（平成20年4月1日～21年3月31日の間）40・50・60歳に到達される人を対象に逗葉歯科医師会加入の実施医療機関で歯周疾患検診を実施しています。（対象者には受診券を4月末に発送しています。）実施期間は3月31日までです。この機会にぜひ受診し、歯と歯ぐきの健康チェックをしましょう。

なお、4月1日以降に転入された人で、該当年齢の人や、受診券を紛失された人は保健センターまで、ご連絡ください。

リハビリ相談会のお知らせ

リウマチやパーキンソン病、脳梗塞等で、運動機能の低下があり、日常生活上お困りの人、介護保険や、病院でリハビリを受けるほどではないけど、家庭で出来るリハビリを知りたい人等を対象に、理学療法士による個別相談を実施します。

日時 3月9日(月) **場所** 保健センター

時間 午後1時20分～3時30分の間（1人30分づつ）

定員 5人

対象 おおむね40歳～64歳の人で、介護保険サービスを受けていない人。

講師 理学療法士 **申込方法** 保健センターに電話で受付

ストレッチ&リフレッシュダンス

家事や子育てに追われ、運動不足を感じる人、ストレッチ解消のために身体を動かしませんか？

ストレッチとソフトエアロビクスの運動です。若い人から中高年の人までぜひ、ご参加ください。

日時 2月18日・25日
3月4日・11日・18日・25日
(各水曜日)(全6回)
10時～11時30分

場所 保健センター

定員 20名

対象 町在住者（できるだけ毎回出席できる人、運動してもさしつかえない人）

持ち物 運動靴、動きやすい服装、飲み物、小さいタオル

講師 スポーツインストラクター

申込方法 電話又はホームページで受付

締切 2月17日(火)

※託児を実施します(先着5名)。ご希望の人は申込み時に託児の予約を受け付けます。



練功十八法をご存知ですか？

葉山町ではみなさんが、身近なところで、気軽にできる健康体操として練功十八法の普及に取り組んでいます。

練功十八法とは、太極拳に似た中国の健康体操です。練功十八法を体験してみませんか？

日時 2月3日 3月3日(各火曜日)
11時～11時40分

場所 元町児童館

講師 練功十八法普及会会員

お気軽にご参加ください。児童館に遊びにいらしたお母様方、お子さん連れでどうぞ！

*駐車場はありません。

問合せ先 保健センター

大人のためのいきいき歯ぐき健康講座

日時 ①2月12日(木) ②3月10日(火)
午後1時30分～3時

場所 鎌倉保健福祉事務所

内容 歯周病予防の講話と口腔ケア実習

対象 歯周病を予防したい20歳以上の人

定員 20人(先着順)

申込方法 電話で申込み(参加費無料)

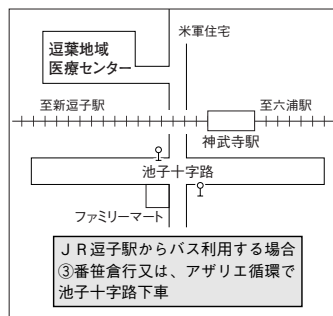
鎌倉保健福祉事務所保健福祉課

☎0467-24-3900

急患診療の案内

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。



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
医療センター	内科系	10時～17時	20時～23時
	外科系	10時～17時	
	歯科	10時～17時	
	耳鼻咽喉科	10時～12時	
	2月11日(水)		
	3月20日(金)		

動物愛護コーナー

問合せ 登録・狂犬病予防接種については 保健センター ☎875-1275
飼いかた・マナー等については 鎌倉保健福祉事務所 ☎0467-24-3900
県動物保護センター ☎0463-58-3411

犬の登録を忘れていませんか？

飼い犬には登録が必要です。また、飼い犬が死亡したときや、登録内容に変更がある場合にも届出が必要です。

■犬の登録（電子申請はできません）

犬の所有者は、犬を取得した日（生後90日以内の犬を取得した場合は、生後90日を経過した日）から30日以内に、狂犬病の予防注射をすませ、その犬の所在地を管轄する市町村長に犬の登録を申請しなければなりません。

登録手数料は一匹3,550円です（注射済票含む）

なお、一度登録すれば、犬の所在地が変わっても登録手数料は不要です。

■犬の登録事項変更（電子申請ができます）

飼い主の変更や住所の変更等、登録事項に変更があった場合は保健センターに届け出てください。

他の市町村から転入してきた場合は、犬の所在地等の変更届と、前市町村の鑑札を提出してください。

■犬の死亡（電子申請ができます）

飼っていた犬が死亡した場合、死亡してから30日以内に保健センターに届け出てください。その際、犬の鑑札を返還してください（郵送可）。なお、届け出る必要があるのは、葉山町に登録のある人のみです。

※犬の登録事項変更・犬の死亡については、電子申請することができます。電子申請をされる場合は、「葉山町電子申請システム」から申請してください。

犬や猫を飼っている皆さんへ

きれいで住みよい葉山を保つために皆さまのご協力をお願いします。

ペットは飼い主にとっては大事な家族の一員ですが、他人に迷惑をかけるような飼いかたをすれば、近所の「厄介者」になってしまいます。海岸や、公園等の公共の場所で犬を放したり、公園や道路で犬や猫に排便をさせてそのままにしている飼い主がいます。海岸や公園、道路等などではだれもが安心して過ごせるようにペットの飼い主は次のことを守ってください。

○海岸、公園等で犬を放すことはやめる。

公共の場所で犬を放すことは県条例で禁止されています。たとえ、おとなしい犬でも、小さな子どもや、動物の嫌いな人には、恐ろしく感じることもあります。

犬を散歩させるときは鎖や、リードなどで必ずつないでください。

○フンは飼い主の責任で始末する。

犬も猫もしつけて排便の場所を決めさせることが出来ます。散歩のときもフンを始末する準備をして出かけ、飼い主が責任をもって持ち帰ってください。

○むやみに繁殖させない。

動物をむやみに繁殖させて数が増えると、一匹一匹を適正に飼えなくなることがあります。動物にかけられる手間、時間、空間には限りがあります。きちんと管理できる数を越えることのないようにしましょう。また、むやみにのら猫に餌をあげることはやめましょう。

犬や猫についての相談は、鎌倉保健福祉事務所（0467-24-3900）又は、県動物保護センター（0463-58-3411）

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

事業名	月 日	時 間	内 容
認知症相談	2月17日(火)	13:30-16:00	お年寄りの認知症やもの忘れ、こころの健康などについての医師による相談（予約制）
	3月4日(水)	9:30-11:00	
	3月17日(火)	13:30-16:00	
精神保健福祉相談	2月5日(木)	9:30-11:00	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）
	2月27日(金)	13:30-16:00	
	3月5日(木)	9:30-11:00	
	3月9日(月)	13:30-16:00	
3月27日(金)			
アルコール教室	2月20日(金)	14:30-16:30	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）
	3月10日(火)		
難病患者と家族の交流会 「らく楽の会」	2月12日(木)	13:30-15:00	難病患者と家族の人の情報交換及び交流会（事前申込制）
	3月11日(水)		
女性のための専門健康相談	3月12日(木)	14:00-16:00	更年期症状・妊娠・不妊等女性の健康について女性の産婦人科医師と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）
ひきこもり家族教室	2月18日(水)	13:30-15:30	主に10代後半から30代の社会的ひきこもりの人を持つ家族の会。 知識を得、交流を深めることが目的（事前申込制）
	3月18日(水)		
ひきこもり本人の会 「インルート」	2月25日(水)	14:00-16:00	主に10代後半から30代の人で、社会的ひきこもりの人が集まる場 （事前申込制）
	3月25日(水)		
禁煙相談	第2・第4 火曜日	第1回13:30~	ニコチンパッチの無料配布（成年3日分、未成年7日分）と禁煙のための相談（予約制）
		第2回14:30~	
エイズの相談・検査	毎週月曜日	13:15-16:00	エイズに関する個別相談とH1V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）
C型肝炎等ウイルス検査	毎週月曜日	13:15-16:00	C型肝炎等ウイルスの血液検査（39歳以下の人無料） ※検査結果通知は2週間後の月曜日（要来所）
住まいと健康の相談	随 時		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・ホルムアルデヒド、VOCの測定など）

会場 特に記載のないものは、鎌倉保健福祉事務所

問合せ・申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/osirase/15/1578/index.htm>