

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、自家用車でのご来場はなるべくお控えください。

4か月児健診

申込み不要

受付時間 9時～9時30分

8月4日(木)	9月1日(木)	10月6日(木)
23年3月生まれ	23年4月生まれ	23年5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

8月4日(木)	9月15日(木)	10月20日(木)
22年1月生まれ	22年2月生まれ	22年3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

9月13日(火)	11月22日(火)
21年6月、7月生まれ	21年8月、9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 実施時間 9時30分～11時

8月2日(火)	9月6日(火)	10月4日(火)
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・バスタオルを忘れずに		

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

9月6日(火)	11月1日(火)
23年2月、3月生まれ	23年4月、5月生まれ
母子健康手帳・バスタオルを忘れずに	

*健康はやま6・7月号にて9/6開催予定の対象月に誤りがありました。お詫び申し上げます。

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
9月5日(月)	保健センター	10時15分	0歳～ 就学前位までの 乳幼児とその親
9月21日(水)	上山口児童館	11時15分	
10月3日(月)	保健センター	の間随時	

10か月児健診

申込み不要

受付時間 9時～9時30分

8月25日(木)	9月8日(木)	10月13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

8月25日(木)	9月22日(木)	10月27日(木)
20年8月生まれ	20年9月生まれ	20年10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		

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
9月20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(あそびの実技) 2歳ってどんな頃? (講話) —関わり方について—	保健師 指導員 心理相談員
母子健康手帳を忘れずに		

対象 平成21年4月～6月生まれの子と保護者

両親教室

申込み不要

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23年 9月13日(火)	妊娠中の過ごし方・親と子の歯の健康
9月20日(火)	分娩の経過・妊婦体操・妊娠中の栄養(講話と調理実習)
9月27日(火)	赤ちゃんの育て方(沐浴実習)・育児についての話
10月4日(火)	産後の健康・ビデオ「赤ちゃんこの素晴らしい生命」等

受付時間 13時15分～13時30分

実施時間 13時30分～15時30分

(4日目のみ15時40分終了)※4日間で1コースです

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)

中学1年生と高校3年生に相当する方の麻しん風しん予防接種について

平成20～24年度に限り、中学1年生と高校3年生に相当する人の麻しん風しん予防接種が定期予防接種となります。

対象者には予診票同封のお知らせを個別に送付しております。指定医療機関で予約のうえ接種してください。

本年度の対象者は右表のとおりです。

中学1年生に相当	平成10年4月2日から平成11年4月1日生まれの方
高校3年生に相当	平成5年4月2日から平成6年4月1日生まれの方
母子健康手帳(お持ちの方)・予診票を忘れずに	

※本年度対象者の接種期間は、平成24年3月31日までとなります。

高校2年生に相当する方の麻しん風しん予防接種（特例）について

修学旅行や学校行事としての研修旅行等により海外に行く高校2年生相当の年齢による麻しん風しん混合(MR)第4期予防接種が可能となりました。こうした特別の事情がない場合は、従来とおり高校3年生相当の年齢で接種することになります。指定医療機関で接種してください。

本年度対象者の接種期間は、平成24年3月31日までとなります。

高校2年生に相当 平成6年4月2日から平成7年4月1日生まれの方

母子健康手帳（お持ちの方）・予診票（※）を忘れずに

※該当すると思われる方は、子ども育成課までご連絡ください。予診票をお渡しします。

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23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(11月のみ)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)の受診となります。

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、受診券と申込書を送付いたします。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 問合わせ・当日キャンセルは 町保健センター ☎875-1275
 長寿健診についての問合せは 健康増進課 ☎876-1111 内線211~214
 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 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 希望がん検診名
--	--

おもて

うら

日程	平成23年度				平成24年度		
	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
葉山町保健センター	29日(木)	25日(火)	14日(月)	9日(金)	6日(金) 24日(火)	8日(水) 15日(水)	—
逗子市保健センター	15日(木) 26日(月)	17日(月) 31日(月)	28日(月)	6日(火)	12日(木) 27日(金)	1日(水) 13日(月)	—
逗子市役所			19日(土)	—			
受付期間 (各初日から最終日までの 消印有効)	8月 1日 } 5日	9月 1日 } 5日	10月 1日 } 5日	11月 1日 } 5日	12月 1日 } 5日	1月 1日 } 5日	—

※ □ の日には、子宮がん検診も実施しています。 ※11月19日の逗子市役所での検診は、乳がん検診、子宮がん検診は行われません
 ※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	集団検診は、間接撮影で8枚撮影。 施設検診は、直接撮影で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	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	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23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7月に送付をしています。
 ※2 平成23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7月に送付をしています。
 ○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

8月～10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)
ヘルシー クッキング セミナー	先着24名 9月9日(金) 10時～14時	自分にぴったりの1食分がひと目でわかる「3.1.2お弁当箱法」 自分にあった弁当箱の選び方、もりつけ方など、お弁当づくりのポイントを学びませんか？ 講師：NPO法人 食生態学実践フォーラム 食育プロモーターズ 見永圭子 持ち物：ふきん3枚、エプロン、三角巾
肩・膝・腰の体操	先着15名 10月14日(金) 10時～11時	加齢とともに肩や膝、腰の痛みが強くなっていませんか？動かさないと次第に痛みが強くなっていくけれど、どう運動してよいか難しいものです。 自宅で継続的に行える運動メニューを専門のインストラクターが提供します。 参加料：500円 当日徴収します。

2コースとも、場所は保健センターです。お申込みは、保健センターにお電話ください。 ☎875-1275

☆女性特有のがん検診（子宮頸がん・乳がん検診）が無料で受診できます。

特定の年齢に達した女性に対して、子宮頸がん検診及び乳がん検診に関する検診手帳と検診費用が無料となるクーポン券を送付し、受診促進とがんの早期発見及びがんに関する正しい健康意識の普及啓発により、健康の保持増進を図ることを目的としています。対象となる方に検診手帳と無料クーポン券を7月上旬に発送させていただいております。保健センターで行う集団検診と、逗葉医師会に加入している契約医療機関で行う施設検診のいずれも利用できますので、この機会にぜひ受診してください。

1. 対象年齢

◎子宮頸がん検診の対象年齢

年 齢	生 年 月 日
20 歳	平成 2(1990)年4月2日～平成 3(1991)年4月1日
25 歳	昭和60(1985)年4月2日～昭和61(1986)年4月1日
30 歳	昭和55(1980)年4月2日～昭和56(1981)年4月1日
35 歳	昭和50(1975)年4月2日～昭和51(1976)年4月1日
40 歳	昭和45(1970)年4月2日～昭和46(1971)年4月1日

◎乳がん検診の対象年齢

年 齢	生 年 月 日
40 歳	昭和45(1970)年4月2日～平成46(1971)年4月1日
45 歳	昭和40(1965)年4月2日～昭和41(1966)年4月1日
50 歳	昭和35(1960)年4月2日～昭和36(1961)年4月1日
55 歳	昭和30(1955)年4月2日～昭和31(1956)年4月1日
60 歳	昭和25(1950)年4月2日～昭和26(1951)年4月1日

2. 検診内容

子宮頸がん検診：問診、視診、内診、細胞診検査

乳がん検診：問診、視触診、マンモグラフィー(乳房のエックス線撮影)

3. 子宮頸がん・乳がん検診を平成 23 年4月以降、既に受診された方へ

子宮頸がん・乳がん検診を、平成 23 年4月以降、既に受診された方は改めて受けていただくことができませんので、保健センターまでご連絡ください。

4. 転出された方へ

葉山町から平成 23 年4月 20 日以降に転出された方は、転出先の市区町村で無料クーポン券の交換が必要となります。詳しくは、転出先の市区町村へお問い合わせください。

5. 転入された方へ

葉山町に平成 23 年4月 20 日以降に転入された方は、前住所地の無料クーポン券が使用できませんので、葉山町の無料クーポン券と交換する必要があります。詳しくは、保健センターまでお問い合わせください。

問合せ 保健センター ☎875-1275

☆お口の健康教室（公開講座）のご案内

入れ歯が合わなくてよくかめない。最近、食事の時にむせやすくなった。唾液の量が少ないためか口の中が乾いたり、粘つく気がする。食事中に口の端から食べ物がこぼれてしまう。これらの事が気になることがありますか？

おいしいものおいしく食べられることは、人生において大切なことですね。お口の中の健康にも、この機会に目を向けてみませんか？

対 象 おおむね65歳以上の人とその家族

関心のある人

日 時 9月14日(水) 13時30分～15時30分

場 所 保健センター ☎875-1275

定 員 30人

講 師 逗葉歯科医師会歯科医師

歯科衛生士

持 ち 物 歯ブラシ・手鏡・タオル

申込方法 保健センター ☎875-1275

(介護予防事業・お口の健康教室(6回コース)の公開講座です。)

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
9月12日(月)	13:30～14:30	保健センター

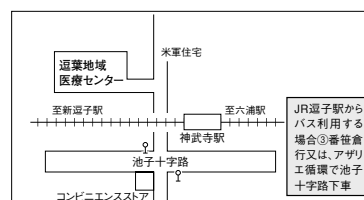
問合せ 練功十八法指導員 黒田晴江さん ☎875-1428
葉山町保健センター ☎875-1275

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
療 セ ン タ ー	逗葉地域医療センター	10時～17時	20時～23時
	内科系 外科系 歯 科		

★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、ご近所のトラブルになりかねません。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、小さい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できます。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。

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	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）	8月16日(火)	13:30～16:00
		9月 9日(金)	9:00～11:30
		9月20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)	8月 4日(木)	9:00～11:30
		8月26日(金)	13:30～16:00
		9月 1日(木)	9:00～11:30
		9月14日(水)	13:30～16:00
		9月30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）	8月19日(金)	15:00～17:00
		9月13日(火)	
「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）	8月11日(木)	13:30～15:00
		9月 8日(木)	
子育て親子支援相談	未熟児、慢性疾患等のあるお子さんについての専門職による発育・発達、歯科、栄養、理学療法、心理等の相談（予約制）	9月 9日(金)	13:30～15:30
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	9月26日(月)	13:10～
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と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)	9月15日(木)	14:00～16:00
ひきこもり家族教室	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）	8月17日(水)	13:30～15:30
		9月15日(木)	
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H I V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歳以下の人対象）(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（TEL.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/>