

健康情報

問合せの明記がないものは、保健センター
(☎875-1275) へご連絡ください。

健康教室

肩こり・腰痛予防改善体操

肩こりや腰痛の予防・改善の体操を学びませんか？

日時 6月26日(水)10時～11時

場所 町保健センター

費用 500円(当日徴収)

持ち物 動きやすい服装・フエイス

タオル・飲み物

定員 15人

ヘルシークッキング教室

高齢者のバランスの良い食事を

「3・1・2弁当法」で学びます。

日時 7月3日(水)10時～14時

場所 町保健センター

費用 500円(当日徴収)

持ち物 エプロン・三角巾・ふきん2枚

定員 16人

練功十八法を体験しませんか？

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。

町では、皆さんが身近なところで気軽にできる健康体操として取り組んでいます。どなたでも参加でき、申込み不要です。ぜひご参加ください。

日時 6月17日(月)

13時30分～14時30分

場所 町保健センター

※この他、7月24日から8月14日まで、毎週水曜6時30分～7時15分に森戸海岸(森戸神社側)で朝練習もしています。

問合せ 練功普及会指導員 黒田

☎875-11428

元気はつらつ教室

歳を重ねても元気で過ごしたい！気楽に体操を始めませんか？ 体操の講師が町内へおじゃまします。

場所 住まいの近くの町内会館

(場所の確保はお願いします。)

時間 1時間30分程度

(質問を含みます。)

日程 ご相談ください。

講師 衣笠病院(理学療法士・作業

療法士・健康運動指導士)

費用 無料

対象 概ね60歳以上の町内の団体

※訪問回数に限りがあるため先着順。

申込み・問合せ 葉山町デイサービス

☎877-11818

25年度 第1回健康づくり教室

目指せ、健康な身体で、いつも元気に明るく！ 知人や友人を誘って、お気軽にご参加ください。

日時 6月27日(木)14時～16時

場所 湘南グリーン介護老人保健

施設 葉山(一色2448-1)

対象 どなたでも参加自由

講師 理学療法士ほか

申込み・問合せ 電話かハガキかF

AXで湘南グリーン介護老人保健

施設葉山まで☎876-15660

☎876-10012

お知らせ

逗子・葉山地区災害時

看護職等ボランティアを募集

大災害の発生時に、医師・歯科医師・薬剤師・看護職等で医療救護班を編成し、町内4か所の医療救護所で医療救護活動をします。

そこで活動する看護職等ボランティアを募集します。

お問い合わせ

対象 看護師・准看護師・助産師・保健師・歯科衛生士で町在住在勤者

登録方法 町保健センターまたは健康増進課窓口、町HPにある登録

申込み用紙に必要事項を記入の上、資格免許証と一緒に保健センターへ提出してください。

風しんワクチン予防接種の費用を一部助成します

風しんワクチン予防接種の費用を一部助成します

生まれてくる赤ちゃんを予防接種で守りましょう。次の1・2に該当する町民で、風しんにかかったことのない人、予防接種をしたことがない人を対象に費用を一部助成します。

1 妊娠予定の19歳以上の女性

2 妊娠中の女性のパートナー

※助成金額や申請方法などの詳細は

町HPのサイト内検索で「風しんワクチン」と検索してください。

6月4日から10日は

歯と口の健康週間です

適切な生活習慣で歯の寿命を延ばしましょう。今年度40・50・60・70歳になる人に、歯周疾患検診の受診券を5月に送付しています。歯周病は糖尿病や肥満、動脈硬化、肺炎など全身へ影響するものです。そして早期発見が大切です！ 普段歯医者さんに通院していない人も、この機会に是非お受けください。

鎌倉保健福祉 事務所より

※場所の明記がないものは鎌倉保健福祉事務所です。

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）です。

日時 6月3日(月)13時10分から
場所 町保健センター

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）です。匿名で受けることができます。

日時 6月6日(木)・20日(木)
13時15分～16時

肝炎ウイルス検査

39歳以下が対象のC型肝炎等ウイルス血液検査（予約制）です。

日時 6月6日(木)・20日(木)
13時15分～16時

1111の健康相談

こころの病気に関する心配、ひきこもり、療養の仕方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）※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。

日時 6月11日(火)13時30分から
26日(水)9時から
28日(金)13時30分から

※すべて2時間30分程度

らく楽の会

難病患者とご家族の情報交換や交流の場です。（事前申込み制）

日時 6月13日(木)
13時30分～15時

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です。（予約制）※保健師による電話・面接相談は随時実施。

日時 6月18日(火)
13時30分～16時

アルコール教室

アルコール依存症についての知識や関わり方について学び話し合う場です。（事前申込み制）

日時 6月21日(金)15時～17時
対象 依存症の人とその家族

歯つびいスマイル相談

日時 6月19日(水)
13時15分から（予約制）

対象 病気や障害があり、通常の歯科検診を受けにくい子ども

内容 歯科検診、保健指導、むし歯予防処置、食べ方相談

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。申込み・問合せは鎌倉保健福祉事務所まで。

☎046712413900

広報はやま6月号

地域での車椅子の貸出しを始めました！

町社会福祉協議会では、車椅子の無料貸出しをしていますが、さらに身近な12の地域で貸出しを始めました。

問合せ 町社会福祉協議会 ☎875-9889

ケガや旅行などの一時的な使用、防災訓練や福祉学習に利用できる車椅子・携帯用スロープを無料貸出ししています。貸出しのルールは地域ごとに異なるため、各地域の連絡先へお問合せください。

地域(団体名)	スロープ	連絡先
木古庭町内会	無	伊東 ☎090-1036-4131
上山口福祉活動推進委員会	有	上山口会館 ☎878-8051
下山口福祉活動きづなの会	有	下山口会館 ☎876-2880
一色第1町内会	有	鈴木 ☎875-5805
一色第4町内会	有	福本 ☎875-1670
一色第5町内会	有	町社会福祉協議会
東伏見台自治会	有	佐々木 ☎875-3276
森戸町内会	有	荻原 ☎875-3432
あずま町内会	無	萩原 ☎875-5732
三ヶ浦町内会	無	高山 ☎875-3170
鏡摺町内会	有	三橋 ☎875-0119
長柄町内会	有	宮川 ☎875-1093

