

## 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

8月7日(火)	9月4日(火)	10月2日(火)
24年5月生まれ	24年6月生まれ	24年7月生まれ
母子健康手帳・バスタオルを忘れずに		

### 4か月児健診

申込み不要

受付時間 9時～9時30分

8月2日(木)	9月6日(木)	10月4日(木)
24年3月生まれ	24年4月生まれ	24年5月生まれ
母子健康手帳を忘れずに		

### 10か月児健診

申込み不要

受付時間 9時～9時30分

8月30日(木)	9月13日(木)	10月11日(木)
23年9月生まれ	23年10月生まれ	23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

8月2日(木)	9月20日(木)	10月18日(木)
23年1月生まれ	23年2月生まれ	23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11日(火)	11月20日(火)
22年6月、7月生まれ	22年8月、9月生まれ
母子健康手帳・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

8月30日(木)	9月27日(木)	10月25日(木)
21年8月生まれ	21年9月生まれ	21年10月生まれ
母子健康手帳・問診票・歯ブラシ・採尿・視聴覚検査・予防接種状況についてを忘れずに		

### 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
8月6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
9月3日(月)	保健センター		
9月26日(水)	上山口児童館		
10月1日(月)	保健センター		

### 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 9月11日(火)	妊娠中の過ごし方・親と子の歯の健康
9月18日(火)	妊婦体操・妊娠中の栄養(講話と調理実習)
9月25日(火)	沐浴実習・育児についての話
10月2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)

### 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4日(火)	11月6日(火)
24年2月、3月生まれ	24年4月、5月生まれ
母子健康手帳・バスタオルを忘れずに	



### 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 9月25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4月～6月生まれの子と保護者

### 単独不活化ポリオワクチン(予防接種)の導入について

平成24年9月1日より、単独不活化ポリオワクチンが導入されます。導入後は、経口生ポリオワクチンは定期接種の対象外(自費)となりますので、秋(11月)に予定していました集団接種を中止します。

9月1日からは指定医療機関にて接種してください。  
導入後の詳しい接種方法は、「広報8月号」をご覧ください。

問合せ 子ども育成課 内線223

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（平成25年2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、お申込み下さい。
- ※申込状況によっては、第1希望日の日程で受診できない場合があります。必ず第2希望日までご記入ください。

申込みハガキの記入見本	
おもて	うら
<input type="checkbox"/> 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 第1希望日 月 日 第2希望日 月 日 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

場 所	平成24年				平成25年	
	9月	10月	11月	12月	1月	2月
葉山町保健センター	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	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) 乳がん検診はありません
受付期間（各初日から最終日までの消印有効）	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

※子宮頸がん検診は□の日のみ実施しています。他の検診につきましては、「各種健診（検診）内容」(次の表)の集団の欄にあるもの全て実施しています。  
 ※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	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）	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撮影できます。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	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査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	

※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月に送付しております。  
 ○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。

問合せ 集団健診（検診）の当日キャンセル、施設健診（検診）の医療機関についての問合せは 保健センター 電話 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 電話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 電話873-7752

健康フェスティバル ～がんに負けない生活のヒント～

いろいろな情報を見て、触って、がんの予防の仕方や異常に気付くポイントを学んでみませんか？  
 スタンプラリーなどお子さんが楽しめるものも用意しております。是非、ご一緒にどうぞ。

- 講演会 乳がんてどんな病気？  
～乳がんは自分で見つけることができる、唯一のがんです～
- 乳がん検診バス見学 ●乳がんモデル、触ってみよう！
- 個別相談 ●がん予防12か条クイズ・スタンプラリー
- パネル展示コーナー

体験コーナー「私がおうちの看護師さん！」

9月はがん制庄月間であるとともに、防災月間でもあります。救急箱の見直し、薬の自己管理方法などに加え、包帯の巻き方、三角巾の使い方、ストッキングで包帯の代用する方法など、実際に市町の保健師といっしょにやってみませんか？（人数制限あり）

日 時 平成24年9月8日(土) 10時～15時

場 所 逗子市役所

- 検診（健診）ご案内コーナー ●食育コーナー・食事相談
- タバコ情報コーナー ●歯科コーナー
- 体験コーナー 他

## 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。ゆっくりとした動きで、有酸素運動を行うので、自分の体調に合わせて運動することが出来ます。

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。(申込は不要です。)

開催日	時間	場所
9月 10日(月)	13:30~14:30	保健センター
10月 15日(月)		

問合せ 保健センター ☎875-1275  
練功普及会 黒田晴江さん ☎875-1428

## ☆65歳を過ぎてからのお口の健康について

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く、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？

おいしいものが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？ご家族の方も是非一緒にお越しください。

**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6日(木) 13時30分~15時30分  
**場所** 保健センター  
**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。)

## 子宮頸がん、乳がん、大腸がん検診 無料クーポン検診のお知らせ

このたび、次の対象者の方にがん検診無料クーポン券と、がん検診手帳を配布させていただいております。是非この機会に、がん検診をお受けください。

### 対象者

・子宮頸がん検診は、今年度中に次の年齢になる女性が対象です。

年齢	生年月日
21歳	平成3年4月2日~平成4年4月1日
26歳	昭和61年4月2日~昭和62年4月1日
31歳	昭和56年4月2日~昭和57年4月1日
36歳	昭和51年4月2日~昭和52年4月1日
41歳	昭和46年4月2日~昭和47年4月1日

・乳がん検診は、今年度中に次の年齢になる女性が対象です。

年齢	生年月日
41歳	昭和46年4月2日~昭和47年4月1日
46歳	昭和41年4月2日~昭和42年4月1日
51歳	昭和36年4月2日~昭和37年4月1日
56歳	昭和31年4月2日~昭和32年4月1日
61歳	昭和26年4月2日~昭和27年4月1日

・大腸がん検診は、今年度中に次の年齢になる人が対象です。

年齢	生年月日
41歳	昭和46年4月2日~昭和47年4月1日
46歳	昭和41年4月2日~昭和42年4月1日
51歳	昭和36年4月2日~昭和37年4月1日
56歳	昭和31年4月2日~昭和32年4月1日
61歳	昭和26年4月2日~昭和27年4月1日

### ○無料クーポン券の有効期限

子宮頸がん検診、及び乳がん検診は、平成25年1月31日までです。

大腸がん検診は、平成25年3月23日までです。

(大腸がん検診の最終検診日は3月23日ですが、申込期限は2月20日です)

受診方法や、転入された方のクーポン発行などのお問合せ 保健センター ☎875-1275

## 子宮頸がんワクチンを接種しましたか？

子宮頸がんワクチンは接種開始から全て接種する3回目までに6か月間かかります。

費用補助券をお持ちの方は、お早めに接種を開始してください。

接種可能な医療機関や受け方については、保健センター(☎875-1275)にお問合せください。

※平成7年4月2日から平成8年4月1日生まれの人で、平成24年3月31日までに何らかの事情(例:持病のため、主治医のいる総合病院で接種した)のため、実費で接種をした場合は、上限額の範囲で償還払い(払い戻し)が受けられます。なお、1回以上接種をして、その後中断している人は、保健センターにご連絡ください。

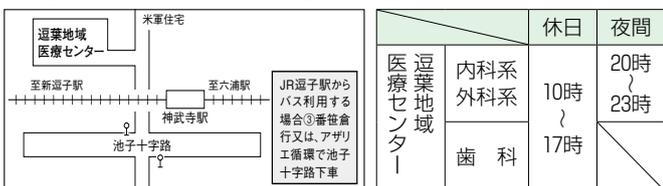
## 急患診療の案内

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、けがをしったり熱が出たり、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。

※小児科受診希望の人は、事前に小児科医がいるか電話で確認してください。



		休日	夜間
医療センター 逗葉地域	内科系	10時 ~ 17時	20時 ~ 23時
	外科系		
	歯科		

## 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

### ★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。

犬も猫もしつく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。

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)	8月21日(火)	13:30~16:00
		9月14日(金)	9:00~11:30
		9月18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2日(木)	9:00~11:30
		8月24日(金)	13:30~16:00
		9月6日(木)	9:00~11:30
		9月25日(火)	13:30~16:00
9月28日(金)			
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、関係機関職員(事前申込制)	8月17日(火)	15:00~17:00
		9月4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9日(木)	13:30~15:00
		9月13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	8月27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13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/>

## 食肉の生食は危険です!

食肉は、腸管出血性大腸菌(O157、O111など)、カンピロバクター、サルモネラ属菌などの食中毒菌で汚染されている可能性があります。牛、豚及び鶏の肉、レバーなどを生又は加熱不十分で食べると、腹痛、下痢、発熱などの食中毒症状を引き起こすことがあり、昨年は死者も出ています。

現在流通している牛の内臓、豚及び鶏の肉や内臓は、すべて加熱用であり、生食用として出荷されているものではありません。牛肉も許可を受けた施設で生食用として加工・調理されたもの以外は加熱用です。生食用以外の食肉を生食することは大変危険です。

### 食肉による食中毒を予防するには・・・

#### ☆生のままで食べない!

生肉において「新鮮だから安全」という認識は間違いです。  
レバ刺し、鶏刺しなどの生肉も食べないようにしてください。

#### ☆しっかり焼く!

加熱不十分にならないよう肉の中心部までよく加熱してください。  
また、肉を焼くときには、肉専用の箸を使うことも大切です。

#### ☆保存するときは温度に注意!

肉を保存するときは、肉汁で他の食品を汚染しないよう密閉できる容器等に入れ、冷蔵庫(10℃以下)や冷凍庫(-15℃以下)に入れ保存しましょう。

#### ☆洗淨・消毒をする!

生肉をさわった後は、せっけんと流水でよく手を洗いましょう。  
包丁やまな板などの調理器具は、洗剤などでよく洗い、さらに熱湯や消毒剤で消毒してください。  
食肉の生食による食中毒は、子供や高齢者に限らず健康な成人にも多く発生しています。重症化すると命にかかわることさえあります。肉はよく加熱したものを食べましょう。  
また、夏は気温や湿度が高く、食中毒が起こりやすくなります。調理前やトイレ後、食前にはしっかり手を洗いましょう。

### 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: 8月8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 電話0467-24-3900