

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。

4か月児健診

申込み不要

受付時間 9時～9時30分

12月 1日(木)	1月 5日(木)	2月 2日(木)
23年 7月生まれ	23年 8月生まれ	23年 9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

12月 8日(木)	1月19日(木)	2月16日(木)
22年 5月生まれ	22年 6月生まれ	22年 7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

1月17日(火)	3月13日(火)
21年 10月、11月生まれ	21年12月、22年 1月生まれ
母子健康手帳・歯ブラシを忘れずに	

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 2月 7日(火)	妊娠中の過ごし方・親と子の歯の健康
2月14日(火)	妊婦体操・妊娠中の栄養(講話と調理実習)
2月21日(火)	沐浴実習・育児についての話
2月28日(火)	産後の健康・ビデオ「赤ちゃんこの素晴らしい生命」等

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)

すこやか育児教室

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

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。

日にち	内 容	対 象
1月31日(火)	歯の健康(講話とブラッシング指導):歯科衛生士 子どもの食事(講話):管理栄養士 子どもの健康管理について(講話):保健師	平成22年11,12月、 平成23年1月 生まれ
母子健康手帳・歯ブラシを忘れずに		

子育て安心教室

申込み制

「こころからだのリフレッシュ」体験講座

子育て中の方、毎日の生活の中で、ついイライラしてしまったり、からだがつらかったりしていませんか？こころ(脳)とからだは密接に繋が
り互いに影響しています。今回は簡単で効果的なエクササイズで、ストレスケアとリフレッシュを体験していく講座です。ぜひ、ご参加ください。
日時 平成23年12月9日(金) 10:00～11:30 *詳細は広報はやま12月号をご覧ください。

10か月児健診

申込み不要

受付時間 9時～9時30分

12月 8日(木)	1月12日(木)	2月 9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

12月15日(木)	1月26日(木)	2月23日(木)
20年12月生まれ	21年 1月生まれ	21年 2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

12月 6日(火)	1月10日(火)	2月 7日(火)
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・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

1月10日(火)	3月 6日(火)
23年 6月、7月生まれ	23年 8月、9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楽しく学びながら、お友達をつくりませんか。

日にち	内 容	講 師
12月13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7,8,9月生まれの子と保護者

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
12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 保護者
1月16日(月)	保健センター	11時15分	
1月18日(水)	木古庭児童館	の間随時	
母子健康手帳を忘れずに			

今年度の健診(検診)はお受けになりましたか？

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し込みはできません。

※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しています。

※受診券を紛失された方は、葉山町健康増進課へお問合せください。

※社会保険等加入の方で、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方は、下記の通りハガキに記入し、お申込み下さい。

申込みハガキの記入見本

場 所	日 程	平成24年		
		1 月	2 月	3 月
葉山町保健センター	6日(金)	8日(水)	-	
	24日(火)	15日(水)		
逗子市保健センター	12日(木)	1日(水)	-	
	27日(金)	13日(月)		
受付期間 (各初日から最終日までの消印有効)	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。

※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。

<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 月 日 住所 (ふりがな) 氏名 生年月日 (年齢) 性別 電話番号 希望がん検診名
--	---

おもて

うら

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い合わせは
保健センター ☎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 ☎876-1111 内線216

集団健診(検診)申込後の問合せは 逗葉地域医療センター ☎873-7752

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(縮小)で8枚撮影。 施設検診は、直接撮影(等倍)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	胸部レントゲン撮影を1枚実施。	700円	なし
大腸がん検診	40歳以上 ※3	問診の内容によって痰の検査を実施。	800円	
骨粗しょう症検診	20歳以上	検便により潜血反応を検査。	500円	
歯周疾患検診	40・50・60歳	超音波によりかかとの骨の状態を検査。	800円	
肝炎ウイルス検査	40歳	口の中の状態を検査。	なし	500円
	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。	無料	
		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。
 ※3 平成23年4月1日現在で、40・45・50・55・60歳に達している人につきましては、大腸がん検診無料クーポン(無料)の対象者です。対象者には10月に送付をしています。
 ○施設健診(検診)をご希望の方は、直接医療機関へお申込みください。

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。

問合せ 練功普及会指導員 黒田晴江さん ☎875-1428
葉山町保健センター ☎875-1275

開催日	時間	場所
平成24年1月16日(月)	13:30~14:30	保健センター

子宮頸がん予防接種相談会

子宮頸がんの予防接種についての相談会を開催します。予約制で、グループや親子での参加も受け付け可能ですので、接種を悩んでいる人は、この機会をご利用ください。

開催日	時間	場所
12月27日(火)	9:00~11:00 13:30~16:00	保健センター

今年度の健康増進事業のご案内

12月~平成24年3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)
リハビリ相談会	先着3名 12月20日(火) 13:30~15:40 (1人40分程度)	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り、日常生活にお困りの人、介護保険や病院でリハビリを受けるほどではないけれど、家庭で日常的にできるリハビリを知りたい人を対象に、理学療法士による個別相談を実施します。 対象：概ね40~64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
メリハリボディメイク教室	先着15名 平成24年 2月24日(金) 3月2日(金) 3月9日(金) 3月16日(金) 3月23日(金)	食生活の偏りや運動不足で、年々少しずつ太った人や、メタボリックシンドロームと診断された人にお勧めの教室です。 生活全体を見直し、運動と食生活について学び、メリハリのある体を作りましょう。 全5日のうち、4日間は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指導、1日はバランスのよい食事について管理栄養士が講話と調理実習指導します。 参加料：1コース2000円(初回に徴収します)

3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について

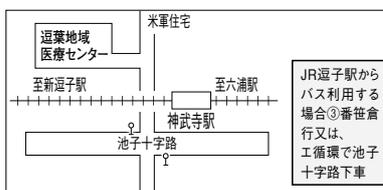
女性特有のがん検診クーポン券をお持ちの方で、まだがん検診を受診されていない方は、使用期限(平成24年2月29日)の1~2か月前から混雑が予想されますので、早めの受診をお願いいたします。

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
逗葉地域医療センター	内科系	10:00	20:00 23:00
	外科系	2	
	歯科	17:00	

動物愛護コーナー

問合せ 登録・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。

こどものアレルギー教室

日時 1月21日(土)午前10時から12時45分(受付9時30分～)
場所 鎌倉保健福祉事務所 講堂
対象 食物アレルギーを持つお子さんのご家族および関係者等
内容 食物アレルギーについてのお話と交流会
講師 神奈川県立子ども医療センター
 アレルギー科 医師 高増 哲也(たかますてつや)
申込 1月16日(月)までに電話にて事前申込
問合せ 鎌倉保健福祉事務所 保健福祉課
 ☎0467-24-3900 内線235・234
定員 50人(先着順)保育あり(先着15名程度、要予約)

食品衛生責任者養成講習会のお知らせ

内容 飲食業や食品製造・販売業の営業に必要な資格(調理師・栄養士等)を持っていない方を対象とした食品衛生責任者養成講習会
日時 2月2日(木)午前10時～午後5時
場所 鎌倉芸術館
対象 飲食業や食品製造・販売業に必要な資格(調理師・栄養士等)を持っていない方
定員 145名(先着順)
申込 1月10日(火)から 午前10時～午後4時
 鎌倉保健福祉事務所 講堂にて事前申し込み制
 受付の際、受講料1万円と写真2枚(横3センチ×縦4センチ)を持参すること
問合せ 鎌倉食品衛生協会(鎌倉保健福祉事務所内)☎0467-22-9488

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 12月21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
 ☎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) (保健師による電話・面接相談は随時実施)	12月20日(火)	13:30～16:00
		1月13日(金)	9:00～11:30
		1月17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)	12月 1日(木)	9:00～11:30
		12月 9日(金)	13:30～16:00
		1月 5日(木)	9:00～11:30
		1月11日(水)	13:30～16:00
		1月27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(事前申込制)	1月10日(火)	15:00～17:00
「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)	12月 8日(木) 1月12日(木)	13:30～15:00
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)	1月13日(金)	
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	1月23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)	1月12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)	12月21日(水)	13:30～15:30
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(☎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/>