

# のびのび元気アップ体操教室の参加者を募集 ～仲間と一緒に介護予防しませんか～

家庭で簡単にできるストレッチ運動をしながら、筋力やバランス能力の維持・向上を図ります。仲間を作って、一緒に楽しく運動しましょう。のびのび元気アップ体操教室は、市が委託して行っている介護予防事業の一つです。



▶対象 市内在住の65歳以上の方（樽井集会所は、国分寺台3～5丁目の方が対象。持病がある方は、主治医に必ず運動制限の有無を確認してください。）

▶定員 各会場30人（応募多数の場合は抽選）

▶持ち物 運動できる服装（体育室が会場の場合は運動靴）、タオル、飲み物、健康手帳（お持ちの方）

▶その他 各会場とも、受け付けは開始時間の20分前から

▶申し込み 4月15日(月)までに、直接または電話で社会福祉協議会（〒243-0413国分寺台2-10-23国分寺台ケアセンター内 ☎236・6626）へ。

会場	総合福祉会館	保健相談センター	国分コミセン	柏ヶ谷コミセン	市民活動センター交流館
	元気クラブ(体育室)	健康増進室(体育室)	集会室(体育室)	レクリエーション室(体育室)	1階ホール(体育室)
曜日	月曜日		火曜日	水曜日	
時間	10時～11時30分	13時30分～15時	10時～11時30分	10時～11時30分	13時30分～15時
日程	5月	13日・20日	13日・20日	14日・28日	15日・29日
	6月	3日・17日	3日・17日	11日・25日	5日・19日
	7月	1日・22日	1日・22日	9日・23日・30日	3日・17日
	8月	5日・19日	5日・19日	27日	7日・21日
	9月	2日・9日	2日・9日	10日・24日	4日・18日

会場	樽井集会所	下今泉コミセン	門沢橋コミセン	本郷コミセン	総合福祉会館
	集会室(体育室)	集会室(和室)	集会室(和室)	集会室(和室)	元気クラブ(体育室)
曜日	木曜日	金曜日			
時間	10時～11時30分	10時～11時30分	13時30分～15時	10時～11時30分	13時30分～15時
日程	5月	2日・9日	10日・24日	10日・24日	17日・31日
	6月	6日・13日	14日・28日	14日・28日	7日・21日
	7月	4日・11日	12日・26日	12日・26日	5日・19日
	8月	1日・8日	9日・23日	9日・23日	2日・30日
	9月	5日・12日	13日・27日	13日・27日	6日・20日

## ◆予防接種のお知らせ

### 「BCG生ワクチン（結核予防）」

4月1日から、対象年齢が生後2カ月に達する月々生後1歳未満のお子さんに拡大されました。推奨接種期間は生後5～8カ月の間です。なるべくこの間に接種するようにしてください。

### 「日本脳炎予防接種」

#### ▼通常接種対象者・接種回数

▽1期：3歳の誕生日～7歳6カ月未満のお子さん。3回接種。  
▽2期：小学校4年生。1回接種。（該当学年で受けられない場合は9歳以上13歳未満は接種可能）

#### ▼特別対象者・期間・接種回数

▽平成7年4月2日～19年4月1日生まれで、17～21年度にかけての積極的勧奨の差し控えにより接種を受ける機会を逃した方（平成25年4月1日対象者一部変更）・特別対象者が20歳になる前日まで※不足している回数を接種してください。

#### ▼平成25年度の積極的勧奨者

▽7歳・8歳・9歳・10歳・18歳

## 重篤な疾病などにより定期の予防接種の機会を逸した方

長期にわたる重篤な疾患などにより定期接種を対象年齢で受けられなかった方は、対象年齢を超えても無料で接種が受けられるようになります（疾患や期間などの条件があります）。詳細は、健康づくり課へお問い合わせを。

## ◆脳の健康楽習教室（全24回）

認知症予防のため、簡単な読み書き計算などを行う教室です。詳細は、社会福祉協議会へお問い合わせを。脳の健康楽習教室は、市が委託して行っている介護予防事業の一つです。

#### ▼期間 5月～10月（祝を除く）

▼会場・時間 ①柏ヶ谷コミセン：毎週火10時～11時30分 ②総合福祉会館：毎週土9時30分～11時30分

#### ▼対象 市内在住で65歳以上の方

▼定員 各会場30人（応募多数の場合は抽選）

#### ▼費用 毎月2200円（教材費）

▼その他 参加決定者には、4月

25日(木)に各会場で行う説明会を受けていただきます。

▼申し込み 4月15日(月)までに、直接または電話で社会福祉協議会（☎236・6626）へ。

## ◆平成25年度第1回口腔がん検診

▼日時 5月19日(日)8時30分から

▼会場 海老名総合病院

▼定員 55人（応募多数の場合は抽選）

▼費用 1000円（免除規定あり）

▼申し込み 往復はがき（1人1枚）に、住所・氏名・ふりがな・生年月日・電話番号を明記し、〒243-0421さつき町41番地・市歯科医師会へ。4月30日(火)消印有効。  
※返信用面にも、住所・氏名を忘れずに記入してください。



## 厚木保健福祉事務所から市への窓口変更

園〔育成医療〕障がい福祉課 ☎(235)4812  
〔養育医療〕子育て支援課 ☎(235)4823

4月1日から、18歳未満の障がい児を対象にした育成医療および低出生体重などの乳児が対象の養育医療の各窓口が、県から市に変更になりました。今まで県厚木保健福祉事務所で行っていた申請手続きは、市障がい福祉課、子育て支援課で行いますので、手続き・問い合わせの際はご注意ください。

