



海老名市医師会の協力の
もと、市民に生活習慣病予
防の知識の普及と、かかり
つけ医の普及を目的として、
市民健康講座が開催されま
した。

5月26日は「笑いとがん
予防」(佐藤中先生)、27日
は「おしこのあれこれ」
(高橋裕一郎先生)、29日は
「おいしく食べて腹八分目」
(野澤直史先生)、6月2日
は「わかりやすい健診結果
の見方」(横山浩之先生)、
4日は「生活習慣病のこわ

市民健康講座が開催されました

さ(田中昭太郎先生)で、
延べ97人の参加があり、そ
れぞれの先生方が分かりや
すくお話をしてくださいま
した。

参加者からは、「先生が
身近に感じられた」「家の
近くでやってくれて良かつ
た」「心配事があったけれど
が、相談できて良かった」
などの声が多く聞かれまし
た。市では今後も、市民と
地域の先生方が身近に話せ
る機会を作っていきたいと
思います。

保健相談センターだより



保健相談センター
申 圃 ☎235・7880
成人の検診、乳幼児の健診と相談
予防接種等の日程は保存版「平成21
年度えびな健康だより(カラー印刷
の冊子)」に記載されています。

平成20年度乳幼児と妊婦さんを対象に実施した事業の結果をお知らせします

市の人口は平成21年4
月1日現在で12万583
7人です。そのうち、15
歳未満は1万8241人
で、全人口に占める割合
は14.5%となっています。
全国の13.5%、神
奈川県の13.4%と比べ
ると子どもの割合が多く、
毎年ほぼ1200人の赤
ちゃんが生まれています。
主な妊婦さんとお子さ
んを対象にした事業の結
果は表のとおりです。

20年度母子保健事業の実施結果

事業名	開催回数	実績
母子健康手帳の交付	年間	1,249冊
乳幼児健康診査		
4カ月児健康診査	24回	1,181人
8カ月児健康診査	年間	1,107人
1歳6カ月児健康診査(歯科)	24回	1,118人
1歳6カ月児健康診査(内科)	年間	1,057人
2歳児歯科健康診査	12回	943人
3歳6カ月児健康診査(内科、歯科)	24回	1,189人
すこやかマタニティスクール	6コース	534人
健康教室		
離乳食講習会	6回	174人
離乳食クッキング	4回	121人
幼児むし歯予防教室	6回	241人
パパは力もち一緒に遊んで汗流そう!	6回	141人
こどものおやつづくり講座	4回	40人
健康相談		
地域育児相談	36回	1,680人
母と子のこころの相談	24回	81人
新生児訪問や育児に関する訪問	年間	2,243人
予防接種		
BCG	24回	1,213人
ポリオ	26回	2,548人
三種混合	年間	4,891人
麻疹・風しん混合	年間	2,363人

◇教室参加者の声

〔離乳食クッキング〕
・大人の食事から取り分
けが簡単だとわかった。
色々な献立ができてさう。
・1回の食量や野菜の
切り方、大きさが確認で
きて良かった。
〔パパは力もち〕
・子どもと楽しく運動が
でき、触れあいの時間が
持てた。
・適度な運動ができて良
かった。

◇主な相談内容

〔4カ月、8カ月児健康診
査〕離乳食のすすめ方、授
乳回数・リズム、向き癖
(頭の形)、湿疹など
〔1歳6カ月児、2歳児歯
科健康診査〕こころの心配
菌磨きを嫌がる、むら食い、
偏食、卒乳など
〔3歳6カ月児健康診査〕
オムツがとれない、兄弟姉
妹の子育てなど
〔母と子のこころの相談〕
こころの心配、友達との関

係、落ち着きがないなど

妊娠から出産・産後の体
調に関する事、子育てや
食事に関する疑問、心配が
ある時には、気軽に相談し
ていただけるように心がけ
ています。一人で悩まず、
まずはご相談ください。
安心して子育てができ、
お子さんが健やかに成長で
きる環境を整えていきたい
と考えております。

お母さん参加者募集

●日程 平成21年7月29
日(日)
●会場 保健相談センター
●①午前の部 10時~12
時
▽テーマ ママとジャン
プ!親子で楽しく、頭と
からだのストレッチング
▽内容 知育遊び、楽し

い運動の体験、親子でか
らだを動かそう
▽対象 2歳~小学生ま
でのお子さん(母親(託
児なし))
▽定員 20人(申込順)
●②午後の部 13時30分
から15時30分
▽テーマ ストップ・ザ・

メタボリック 予防健康診査 (35~39歳)の お知らせ



現在40~74歳の方は、
男性が2人に1人、女
性が5人に1人がメタ
ボリックシンドローム
(内臓脂肪症候群)で
あるといわれています。
少しでも早い段階から
生活習慣病を予防する
ため、この健診を受け
ましょう。

●対象となる方 35歳
~39歳の方(昭和45年
4月1日から昭和50年
3月31日までに生まれ
た方)生活保護受給者
の方は、40歳以上でも
受診できます ●実施
方法 今年度は個別検
診で実施します(実施
医療機関は、えびな健
康だよりをご覧ください)
●申込方法 保健
相談センターに、電話、
FAX、直接来所でお
申込ください ●検査
項目 尿検査(蛋白・
糖)採血(肝機能・脂
質・HbA1c)計測
(身長、体重、腹囲、血
圧)診察 ●負担金
1000円(生活保護
受給者の方は、免除と
なります)

食品衛生月間 8月1日~



食中毒予防キャンペーン

8月1日~8月7日まで
の1週間、食中毒予防週間
が実施されます。海老名市
では、8月7日(金)14時から
海老名中央公園において食
中毒予防キャンペーンを開
催いたします。厚木保健福
祉事務所による食品衛生相
談コーナー等開設いたしま
す。また、クイズにお答え
いたいただきますと景品を進呈
いたします。
(☎224・1111 内線3258)
厚木地区食品衛生協会
(☎222・7643)。

食中毒は、私たちの身の回り
に潜み、ちょっとした「不衛生」
を招いて感染のすきをかかっ
ています。
次のこと気をつけて食中毒
を予防しましょう。
☆こまめに手を洗いましょう。
☆食品は十分に加熱しましょう。
☆調理器具は清潔にしましょう。

厚木保健福祉事務所では次のような相談も行っています。

相談名	内容	場所	時間	日にち
専門医による精神保健相談および認知症相談(予約制)	心の病気の治療や再発予防についての相談(アルコール・薬物・シンナーなどの依存症の相談も行います)および認知症についての相談	厚木保健福祉事務所	13:30~16:00	8月3日(日) 8月12日(日) 8月19日(日)
		海老名市役所		8月10日(日)
栄養専門相談(予約制)	病気のある方等の食事に関する相談	厚木保健福祉事務所	9:30~16:00	8月4日(日) 8月18日(日)
障がい児のための歯科相談(予約制)対象:心身に障がいのある方		厚木保健福祉事務所	13:30~14:00	8月6日(日)
エイズ無料検査(予約制)	電話相談は、随時行っています	厚木保健福祉事務所	13:15~14:45	8月13日(日) 8月20日(日)

マナーを守ろう!

愛犬のふんは
自宅に持ち帰りましょう