

■検診・健康相談 会場：保健相談センター（予約☎235・7880）

Table with 2 columns: 相談名 (Consultation Name) and 相談日・受付時間 (Consultation Date/Reception Time). Rows include: がん検診 (Cancer Screening), 医療相談 (Medical Consultation), 歯科相談 (Dental Consultation), etc.

※厚木保健福祉事務所の相談・検診の日程等は同事務所（☎224・1111）へ。

■乳幼児の健診 会場：保健相談センター（☎235・7880）

Table with 3 columns: 健診・相談名 (Health Check/Consultation Name), 対象 (Target), 月日・受付時間 (Date/Reception Time). Rows include: 4カ月児健康診査, 8カ月児健康診査, 1歳6カ月児健康診査, etc.

■BCG ◎誕生日により実施日を指定しています

Table with 2 columns: 対象者 (Target) and 日程 (Schedule). Rows include: 平成18年2月1日～15日生まれ, 平成18年2月16日～28日生まれ.

■ポリオ(急性灰白髄炎) ◎誕生日により実施日を指定しています

Table with 2 columns: [2回目接種] (2nd Vaccination) and 日程 (Schedule). Rows include: 平成17年 6月生まれ～5月31日.

■休日・夜間の急患診療

Table with 3 columns: 施設名 (Facility Name), 診療科目 (Medical Department), 受付 (Reception). Rows include: 海老名市急患診療所, 休日歯科診療室, 座間・綾瀬・海老名小児救急医療センター.

※急患診療についての質問・問い合わせは保健相談センター（☎235・7880）へ。

保健コーナー

保健相談センター ☎235・7880(地図4面) ☎235・7980



■献血にご協力を■

5月9日(火)…海老名中央公園、午前10時～午後4時
\*\*\*\*\* ご協力ありがとうございます(3月分) \*\*\*\*\*
海老名中央公園210人、(株)タイトー海老名開発センター35人、(株)海老名第1ビルディング33人、日立ピアメカニクス88人



掲示板

主催が市以外のお知らせ

◇案内◇

石綿(アスベスト)健康被害者および遺族の方へ

今年3月から「石綿による健康被害の救済に関する法律」が施行されました。石綿を取り扱う作業に従事したことにより中皮腫や肺がん等を発症し、平成13年3月26日以前に死亡した労働者等の遺族で、時効により労災保険法に基づく遺族補償給付を受ける権利が消滅した方に対して、特別遺族給付金が支給されます。

特別遺族給付金については、県労働局(☎045・211・7353)または厚木労働基準監

督署(☎228・1331)。医療費等の救済給付については、独立行政法人環境再生保全機構(☎0120・389・931)。

相模川左岸幹線水路通水

今年も相模川左岸幹線水路(農業用水路)の通水が始まります。4月24日(月)から取水が始まり、5月下旬からは全量通水になります。特に同水路は流れが速く水量も多いため危険です。

水路では、子どもが魚釣りや水遊びをしないように、また水門に近づいたりしないように注意と協力をお願いします。

県相模川左岸土地改良区事務局(☎231・3247)。

◇募集◇

車いすハイキングの会

▷日程 5月28日(日) ▷行先 一碧湖畔(伊豆)

運動教室は健康な体は運動から(6日間コース)
▽日時 5月26日、6月9日、23日、7月14日、28日の各金曜、午後1時30分～4時(受付11時)
▽会場 保健相談センター

EBINAへ入るすくいる「肩こり・腰痛・膝痛予防コース」(2日間コース)
▽日時 5月22日(月)・29日(月) 午前10時～正午(受付9時30分)
▽会場 保健相談センター

活き生き健康教室(肥満を防止) (3日間コース)
▽日時 5月16日・23日・30日の各火曜、午後1時30分～4時(受付11時)
▽対象・定員 体重が気になる方、運動不足の方、食事が気になる方、生活習慣を見直したい方・30人
▽内容 メタボリックシンドロームとは、その予防法、生活習慣再点検、食生活、運動のポイント
▽講師 保健師・栄養士・健康運動指導士
▽持ち物 健康手帳・基本健康診査の結果・筆記用具・室内用シューズ
▽費用 500円。同センター。

▽日時 5月22日(月)・29日(月) 午前10時～正午(受付9時30分)
▽会場 保健相談センター
▽対象・定員 関心のある方・30人(申し込み順)
▽内容 (1日目)肩こり・腰痛・膝痛のメカニズム、簡単な予防体操(2日目)セルフマッサージ、バルーン体操
▽持ち物 動きやすい服装と靴・室内用シューズ・タオル・飲み物(必要方)・健康手帳(お持ちの方。なければ当日発行)・筆記用具
▽その他 託児あり
▽参加費 500円。同センター。

▽日時 5月22日(月)・29日(月) 午前10時～正午(受付9時30分)
▽会場 保健相談センター
▽対象・定員 関心のある方・30人(申し込み順)
▽内容 (1日目)肩こり・腰痛・膝痛のメカニズム、簡単な予防体操(2日目)セルフマッサージ、バルーン体操
▽持ち物 動きやすい服装と靴・室内用シューズ・タオル・飲み物(必要方)・健康手帳(お持ちの方。なければ当日発行)・筆記用具
▽その他 託児あり
▽参加費 500円。同センター。

▽対象・定員 体重が気になる方、運動習慣を改善したい方、運動が苦手な方・30人
▽内容 運動習慣を身につけよう(講話)、歩く姿勢、靴の選び方、リズム体操他
▽講師 健康運動指導士・保健師
▽持ち物 健康手帳・基本健康診査の結果・筆記用具・室内用シューズ
▽費用 500円。同センター。

▽日時 5月16日・23日・30日の各火曜、午後1時30分～4時(受付11時)
▽対象・定員 体重が気になる方、運動不足の方、食事が気になる方、生活習慣を見直したい方・30人
▽内容 メタボリックシンドロームとは、その予防法、生活習慣再点検、食生活、運動のポイント
▽講師 保健師・栄養士・健康運動指導士
▽持ち物 健康手帳・基本健康診査の結果・筆記用具。同センター。

▽日時 5月16日・23日・30日の各火曜、午後1時30分～4時(受付11時)
▽対象・定員 体重が気になる方、運動不足の方、食事が気になる方、生活習慣を見直したい方・30人
▽内容 メタボリックシンドロームとは、その予防法、生活習慣再点検、食生活、運動のポイント
▽講師 保健師・栄養士・健康運動指導士
▽持ち物 健康手帳・基本健康診査の結果・筆記用具・室内用シューズ
▽費用 500円。同センター。

▽日時 5月16日・23日・30日の各火曜、午後1時30分～4時(受付11時)
▽対象・定員 体重が気になる方、運動不足の方、食事が気になる方、生活習慣を見直したい方・30人
▽内容 メタボリックシンドロームとは、その予防法、生活習慣再点検、食生活、運動のポイント
▽講師 保健師・栄養士・健康運動指導士
▽持ち物 健康手帳・基本健康診査の結果・筆記用具・室内用シューズ
▽費用 500円。同センター。

▽日時 5月16日・23日・30日の各火曜、午後1時30分～4時(受付11時)
▽対象・定員 体重が気になる方、運動不足の方、食事が気になる方、生活習慣を見直したい方・30人
▽内容 メタボリックシンドロームとは、その予防法、生活習慣再点検、食生活、運動のポイント
▽講師 保健師・栄養士・健康運動指導士
▽持ち物 健康手帳・基本健康診査の結果・筆記用具・室内用シューズ
▽費用 500円。同センター。

▽日時 5月16日・23日・30日の各火曜、午後1時30分～4時(受付11時)
▽対象・定員 体重が気になる方、運動不足の方、食事が気になる方、生活習慣を見直したい方・30人
▽内容 メタボリックシンドロームとは、その予防法、生活習慣再点検、食生活、運動のポイント
▽講師 保健師・栄養士・健康運動指導士
▽持ち物 健康手帳・基本健康診査の結果・筆記用具・室内用シューズ
▽費用 500円。同センター。

▽日時 5月16日・23日・30日の各火曜、午後1時30分～4時(受付11時)
▽対象・定員 体重が気になる方、運動不足の方、食事が気になる方、生活習慣を見直したい方・30人
▽内容 メタボリックシンドロームとは、その予防法、生活習慣再点検、食生活、運動のポイント
▽講師 保健師・栄養士・健康運動指導士
▽持ち物 健康手帳・基本健康診査の結果・筆記用具・室内用シューズ
▽費用 500円。同センター。

募集人数 車いす使用の身体障害者の方・50人、支援ボランティア・250人
▷身体障害者の参加条件 小学校5年生以上で内臓疾患をお持ちでない方
▷参加費用 身体障害者の方は無料。支援ボランティアの方は6500円(学生3000円)。

市民サークル案内

●女性アンサンブル「イエローフラワーズ」
美しい声の出し方を学びます。毎月第1・3火曜と第2・4

水曜、午前10時～正午、生協大谷店集会室で。会費あり。
☎ 落合(☎233・4462)。
●中新田給手紙の会
楽しい給手紙をはじめませんか。毎月第3木曜、午後2時～5時、中新田コミセンで。
☎ 梅谷(☎234・1658)。

●水彩画クラブ「小百合会」
初心者歓迎。毎月第2・4月曜午前10時～正午、社家コミセンで。
☎ 鈴木(☎238・3927)。

ターで。2歳くらいから対象。体験もあり。
☎ 本田(☎235・5415)。

●パン作りOB会
家庭料理を中心にパン・ケーキ・お菓子を。毎月第2月曜、午前9時30分～午後1時、中央公民館で。会費あり。
☎ 酒井(☎231・0946)。

●子ども書道「彩書会」
元気よく書いてみよう。毎月第2・4土曜、午前10時～11時40分、本郷コミセンで。
☎ 米山(☎239・1470)。

●ジュニアイレブンサッカークラブ
サッカーを楽しみませんか。

矢ぐるまの会
目の不自由な方に広報えびなの録音テープがあります。ご希望の方は、市社会福祉協議会(☎235・0220)へお問い合わせを。