

# 保健コーナー

特に記載のないものについて問い合わせ先

保健相談センター (☎235・7880)

## ●がんばれ育ちの教室

就学前の幼児を対象  
食へ過ぎによる肥満、偏食、おやつや食べ方など、子供の食生活に悩んでいる方はいませんか。

子供にとって理想的な食習慣と、生活習慣病にかからないための食事の工夫や作り方を、親子で学ぶ、栄養教室を開催します。

## 赤ちゃんふれあい教室

### ～中学生が対象～

今、思春期の子どもたちを取り巻く環境は多種・多様化しています。特に性行動の活発化、低年齢化による人工妊娠中絶や



去年のふれあい教室

▽日時 7月24日(木) 午前10時～午後1時(受付は9時30分)  
▽内容 「幼児食の役割」「親子の健康づくり」についての講話と、親子一緒に調理実習  
▽講師 栄養士・食生活改善推進団体えびな会  
▽持ち物 エプロン、三角巾、手ふき用タオル、筆記用具  
▽対象 定員 3歳6カ月児就学前の幼児と保護者・先着10組  
▽参加費 調理実習材料費1人200円を徴収  
▽会場 保健相談センター

## ●風しんの予防接種

### 9/30(火)まで

風しんは「三日ばしか」と呼ばれ、軽い病気と思われがちです。そのため、風しんの予防接種を受けなかった方も多く、近い将来、風しんワクチンを受けていない親から生まれた子ども

に「先天性風しん症候群」が増えるのではないかと心配されています。  
風しんの免疫を持たない方が妊娠初期に風しんにかかると、胎児に風しんウイルスが感染し、心臓疾患や白内障、難聴を持つた赤ちゃんが生まれることがあります。これを「先天性風しん症候群」といいます。同症候群を防止するため、積極的に予防接種を受けてください。  
市では現在、昭和54年4月2日～昭和62年10月1日生まれの方で、風しん予防接種を一度も受けていない方を対象に、9月30日(火)まで、風しん予防接種を無料で受けることができます。ただし、市内に住居登録が無い場合は有料です。

予防接種は、市内の風しん予防接種委託医療機関で受けてください。20歳未満の方は、接種時に保護者の同伴が必要です。また、予防接種を受けるときは、母子健康手帳と健康保険証を持参してください。

中学生は人形を使用して抱き方や着替えさせ方を練習した後、赤ちゃんの身体計測やお母さんとの話し合いなどを通して触れ合い体験をしました。最初は赤ちゃんにこわごわ接していた参加者も次第に慣れて、「子育ては大変そうだけど、赤ちゃんはかわいい」などの感想が聞かれました。

今年も「赤ちゃんふれあい教室」を開催しますので、中学生のみならずぜひご参加を！  
▽日時 8月28日(木) 午後1時15分～4時(受付は1時)  
▽会場 保健相談センター  
▽内容 赤ちゃんの抱き方練習、リズム遊びや体重測定の手伝い、お母さんたちとの話し合い、保健師によるお話等  
▽対象 定員 中学生男女30人  
電話または直接、保健相談センターへ。

## ■がん検診の日程(予定)■

◎検診内容・料金などの問い合わせは保健相談センターへ (7月9日現在)

検診科目(対象)	胃 (40歳以上)		大腸 (40歳以上)		肺 (40歳以上)		乳 (30歳以上女性)		子宮 (30歳以上女性)	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
8月23日(土) 保健相談センター	×	○	○	△	○	×	○	△	○	○
9月4日(木) 上野原コミセン	○	○	—	—	—	—	—	—	—	—
9月19日(金) //	—	—	—	—	—	○	—	—	—	—

○…空きがあります △…お早めに申し込みを ×…満員です —…設定なし

## ■疾病別相談(糖尿病・肥満)■ ◎予約制

相談日・受付時間	会場
8月21日(木) 午前9時30分～11時	保健相談センター

## ■健康相談 ■ ◎成人の方が対象です

月 日・受付時間	会場
8月20日(水) 午前9時30分～11時	保健相談センター

▷当日直接会場へ。  
▷健康手帳・基本健康診査などの受診結果をお持ちの方は持参してください。

## ■市民歯科相談 ■ ◎予約制

相談日・受付時間	8月7日(木) 午前9時～11時30分
会場	保健相談センター
担当医	市歯科医師会の医師

## ■市民医療相談 ■ ◎予約制

相談日・受付時間	毎週火曜日・午後1時～2時20分
会場	保健相談センター
担当医	東海大学医学部教授・岡崎 勲先生 (専門=内科一般)

※相談日は、担当医の都合により変更になることがあります。

## ■くすり電話相談 ■

◎電話またはファクス(☎233・4494)で受け付けます。服用のしかたなどお気軽に。

日時	毎週水曜日/午後1時～3時
担当	市薬剤師会

## ■献血の日程 ■

日時	会場
8月1日(金)、12日(火)、18日(月)、26日(火) 午前10時～午後4時	海老名中央公園
☆ご協力ありがとうございます(6月分) 海老名中央公園78人、芝浦メカトロニクス49人、日立製作所54人、海老名市役所85人、県産業技術総合研究所11人、海老名郵便局17人	

## ■健康寿命延伸教室 ■

◎申し込み、問い合わせは保健相談センターへ

月 日	会場	対象者	内容
7月23日(水)	門沢橋コミセン	病気や加齢などにより、心身の機能が低下している方	簡単な体操、レクリエーション、健康のお話、血圧測定、健康相談、懇談会など
7月24日(木)	柏ヶ谷コミセン	普段、外出する機会の少ない方	
7月25日(金)	保健相談センター		

▷開催時間 午前10時～11時30分(受付時間: 9時30分～10時)

## ■乳幼児の健診と相談 ■

◎健診を受ける方は、母子手帳・問診票を持参、その他は母子手帳を持参してください

健診・相談名	対象	月 日・受付時間	会場	申し込み/問い合わせ
4カ月児健康診査	15年4月1日～15日生まれ	8月5日(火) 午後1時～1時30分	保健相談センター	直接会場へ/保健相談センター
	15年4月16日～30日生まれ	8月19日(火) 午後1時～1時30分		
8カ月児健康診査	満8カ月から11カ月の前日まで		指定の医療機関へ	
1歳6カ月児健康診査	14年1月1日～15日生まれ	8月7日(木) 午後1時～1時30分	保健相談センター	直接会場へ/保健相談センター
	14年1月16日～31日生まれ	8月21日(木) 午後1時～1時30分		
2歳児歯科健康診査	13年7月生まれ	8月22日(金) 午後1時～1時30分	保健相談センター	//
3歳6カ月児健康診査	12年1月1日～15日生まれ	8月6日(水) 午後1時～1時30分	保健相談センター	//
	12年1月16日～31日生まれ	8月20日(水) 午後1時～1時30分		
離乳食講習会	満5～7カ月児の保護者	8月1日(金) 午前9時45分～10時	保健相談センター	予約制/保健相談センター
母と子の心の相談	乳幼児と保護者	8月26日(火) (時間は予約時に決定)	保健相談センター	予約制/ //
幼児むし歯予防教室	満1歳1カ月～1歳3カ月児と保護者	8月8日(金) 午前9時45分～10時	保健相談センター	予約制/ //
すこやか育児サロン	乳幼児と保護者	8月1日(金) 午前9時45分～10時	柏ヶ谷コミセン	直接会場へ/保健相談センター
		8月6日(水) 午前9時45分～10時	保健相談センター	
こども整形外科相談	18歳未満で心配のある方	8月28日(木) 午後1時～2時	厚木保健福祉事務所	予約制/厚木保健福祉事務所(☎224・1111)
障害児歯科相談	心身に障害を持つ6歳未満の幼児	8月7日(木) 午後1時～2時	厚木保健福祉事務所	予約制/ //
こども専門相談	特に心配されている方	8月の予定はありません	厚木保健福祉事務所	予約制/ //

## ■休日・夜間の急患診療 ■

内科・歯科: 医療センターへ(さつき町41番地)  
小児科: 座間・綾瀬・海老名小児救急医療センターへ(座間市緑ヶ丘1-1-3・座間市休日急患センター内)

施設名	海老名市急患診療所(医療センター内) ☎(231) 1912	休日歯科診療室(医療センター内) ☎(231) 1939	座間・綾瀬・海老名小児救急医療センター(座間市休日急患センター内) ☎(255) 9933
診療科目	内科(小児科)	歯科	小児科
受付	昼間 日曜・祝日・年末年始(12/29～1/3) / 午前9時～11時30分、午後2時～4時30分	日曜・祝日・年末年始 / 午前9時～11時45分、午後2時～4時45分	日曜・祝日・年末年始 / 午前9時～11時45分、午後2時～4時45分
	夜間 月曜～土曜日 / 午後7時～9時30分 日曜・祝日・年末年始 / 午後6時～8時30分	月曜～金曜日 / 午後7時～9時45分 土曜・日曜・祝日・年末年始 / 午後6時～9時45分	月曜～金曜日 / 午後7時～9時45分 土曜・日曜・祝日・年末年始 / 午後6時～9時45分

## ■厚木保健福祉事務所(☎224・1111)の相談・検診 ■

相談・検診名	月 日・受付時間	会場
栄養専門相談(電話予約制)	8月5日(水)・19日(火)/午前9時～午後4時	厚木保健福祉事務所
精神保健福祉相談	8月4日(月)・28日(木)/午後1時30分～4時	海老名市役所
	8月14日(木)/午後1時30分～4時	
思春期相談	電話で申し込んでください	
老人性痴呆相談	8月6日(水) 午後1時30分～4時	
歯ぐきの検診(電話予約制)	8月の予定はありません	厚木保健福祉事務所
外国籍県民結核検診	毎週水曜日/午前9時～10時30分	
エイズ無料検査	毎週月曜日/午後1時30分～3時	