

まちだ

健康案内

検診

健康課 〒194 0013、
原町田 5 8 21、健康
福祉会館内、 ☎725・
5178)

肺がん・胃がん検診

【肺がん検診】
対象 市内在住で1年以内に肺がん検診を受けたことのない40歳以上の方
妊娠している方及び疑いのある方は受診できません。
日時 6月21日(金)午前9時～正午
会場 健康福祉会館

【胃がん検診】
対象 市内在住で1年以内に胃がん検診を受けたことのない35歳以上の方
胃の手術を受けた方 胃及び十二指腸の病気で現在治療中または経過観察中の方 妊娠している方及び疑いのある方は受診できません。
日時 6月24日(月)、25日(火)、26日(水)午前9時～正午
会場 健康福祉会館
検診内容 問診、レントゲン間接撮影(バリウムを飲みます)
定員 各日55人(抽選)
費用 800円

成人歯科健康診査
歯の健康の保持を目的として健康のよい方、年末に力せをこらせたので大事をとって2～3週間安静にしていたら、年明けには床に寝ついたまま歩けなくなりました。こんな話を聞いたことはありませんか。家族の人がおじいさんの身体を心配してゆくり寝かせすぎたことがあつたことありませんか。お年寄りには3週間床にいたただけで足腰の筋肉はあつたままにやせ衰え歩けなくなつてしまつてお年寄りの健康を脅かすことがあります。閉じこもり寝たきりボケはしばしばみられるパターンです。お年寄りが必要以上に長く安静を保つことは禁物です。起きかわるようになったらなるべく早くふだんの生活に戻してあげることが大切です。

幼児食講習会
健康課 ☎725・5422
対象 平成12年6月～12月生まれの子と保護者
日時 6月7日(金)午前9時50分～正午
会場 健康福祉会館
内容 幼児食のお話、試食、グループ相談など
定員 25組(申し込み順)
きょうだいの方は参加できません。また、一度参加された方はご遠慮下さい。
持ち物 母子手帳、飲み物、拭き
申し込み 電話で健康課へ。
町田市民病院

北里大学公開講座
「今からはじめよう花粉症対策(治療と現状)」
健康課 ☎725・5471
日時 6月1日(土)午前10時～正午
会場 北里大学医学部合同講義室(M6号館)病院隣接
講師 北里大学病院耳鼻咽喉科 医師・八尾和雄氏
申し込み 往復八ガキに住所・氏名・電話番号・ご質問を明記し、5月28日まで(必着)に北里大学病院総合相談部公開講座担当 ☎228・8555、相模原市北里へ。

保健所
〒194 0021
中町2 13 3
☎722・0621

募 集
ひなた村 劇団研修生
【初心者演劇教室・四期生】
新しい自分を発見したい方、ちょっと興味のある方、演劇の楽しさを味わってみませんか。演技の指導はもちろん、照明、音響、舞台美術の実習もできます。
最後にはひなた村「カリヨンホール」で公演をする予定です。
対象 市内在住、在勤、在学の中学生以上の初心者
活動期間・時間 5月～2003年3月の第1・3日曜日午後2時～4時
会場 ひなた村
講師 元NHK脚本家・高垣葵氏
定員 30人(申し込み順)
申し込み 5月1日午前9時から ☎724・2140へ。

お知らせ
生活協力員(LSA)
都民住宅に同居し、高齢者集合住宅(シルバピア)の同居者に対する生活協力員として活動していただく方を募集します。
資格 申込世帯が都民住宅(特定公共賃貸住宅)への入居資格(収入ほか)があり、申込者本人または同居者が生活協力員の業務を行える、おおむね55歳までの方
募集人数等 金森1・20・7・1戸(あき家)、金森1021・1・3・11戸(あき家)
業務 入居者の安否の確認、緊急時の対応及び関係機関との連絡など
待遇 業務に対し、謝礼と家賃の助成金を支給
募集期間 5月1日～14日
応募 直接 住宅課 ☎724・1130、または高齢者介護課 ☎724・2140へ。

健康メモ

(町田市医師会)

「先生、寝たきりとボケにだけはなりたくないんです。」外来で時々耳にする言葉です。
寝たきりの原因の第一位は脳卒中です。脳卒中にならないためには、高血圧、糖尿病、高脂血症、痛風、肥満など動脈硬化をひき起すいわゆる、生活習慣病を予防したり治療することが大切です。第二位は骨折です。骨折を防ぐためには、骨がスカスカになってしまつて骨粗鬆症を予防すること、そしてよく歩き、運動をして筋肉を鍛え、転びにくい丈夫な足腰をつくる必要があります。いすれにせよ、寝たきりの予防は40代、50

「先生、寝たきりとボケにだけはなりたくないんです。」外来で時々耳にする言葉です。寝たきりの原因の第一位は脳卒中です。脳卒中にならないためには、高血圧、糖尿病、高脂血症、痛風、肥満など動脈硬化をひき起すいわゆる、生活習慣病を予防したり治療することが大切です。第二位は骨折です。骨折を防ぐためには、骨がスカスカになってしまつて骨粗鬆症を予防すること、そしてよく歩き、運動をして筋肉を鍛え、転びにくい丈夫な足腰をつくる必要があります。いすれにせよ、寝たきりの予防は40代、50

寝たきりにならないために

次に、寝たきりの原因の隠れたツボとも言われるものを、閉じこもり、がありまます。「うちの隣

誰にでも、若い、は来るので、生者生きていたカッパイ、お年寄りになりたいものです。

町田市民病院
公開講座
市民病院の専門医師が、日々の気になる病気について最新の情報をわかりやすくお話しします(手話通訳あり)。
日時 5月25日(土)午前9時30分～11時30分
会場 町田市民ホール
内容・講師「白内障について」 町田市民病院眼科部長・田中俊

町田市民病院
公開講座
市民病院の専門医師が、日々の気になる病気について最新の情報をわかりやすくお話しします(手話通訳あり)。
日時 5月25日(土)午前9時30分～11時30分
会場 町田市民ホール
内容・講師「白内障について」 町田市民病院眼科部長・田中俊

町田市民病院
公開講座
市民病院の専門医師が、日々の気になる病気について最新の情報をわかりやすくお話しします(手話通訳あり)。
日時 5月25日(土)午前9時30分～11時30分
会場 町田市民ホール
内容・講師「白内障について」 町田市民病院眼科部長・田中俊

町田市民病院
公開講座
市民病院の専門医師が、日々の気になる病気について最新の情報をわかりやすくお話しします(手話通訳あり)。
日時 5月25日(土)午前9時30分～11時30分
会場 町田市民ホール
内容・講師「白内障について」 町田市民病院眼科部長・田中俊

町田市民病院
公開講座
市民病院の専門医師が、日々の気になる病気について最新の情報をわかりやすくお話しします(手話通訳あり)。
日時 5月25日(土)午前9時30分～11時30分
会場 町田市民ホール
内容・講師「白内障について」 町田市民病院眼科部長・田中俊

泳げ鯉のぼり相模川

4月29日(祝)～5月5日(祝)

相模原市

会場案内
相模川ふれあい科学館
水郷田名
高田橋
相模川
会場
相模川高田橋上流
JR相模原駅「淵野辺駅」から「水郷田名」行きバス、「高田橋」下車徒歩2分
JR相模原線「橋本駅」から「水郷田名」行きバス、終点下車徒歩7分

未来を担う子どもたちの健やかな成長を願い、約1,200匹の鯉のぼりが薫風によって群泳します。
お問い合わせは相模原市役所商業観光課(☎042・769・8236)へ。

相模の大風まつり

5月4日(休)・5日(祝)

会場案内
JR相模原線「下溝駅」から「相模台」行きバス、終点下車
JR相模原線「相模台駅」下車徒歩15分
「相模台駅」から会場手前まで無料バスが出ます。
三段の滝下広場
JR相模原線「下溝駅」下車徒歩10分

天保年間(1830年ごろ)から続くといわれる伝統行事「相模の大風」。今年の題字「祝風」が描かれた大風が、5月の青空に舞い上がる姿は圧巻です。
お問い合わせは相模原市役所新磯出張所(☎046・251・0014)へ。