

あいかわりフレッシュ  
健康体操講座



町オリジナルの「あいかわりフレッシュ健康体操」を覚え、健康づくりをしませんか。  
YouTube 愛川町チャンネル  
「あいかわりフレッシュ健康体操(立って体操バージョン)」

- 日 3月16日(月)
  - ①午前9時30分～10時15分
  - ②午前10時30分～11時15分
 申し込み時に希望の時間をお選びください。

所 健康プラザ1階 多目的室  
人 町内在住で、医師から運動制限を受けていない方 20人程度

師 健康運動指導士 高垣茂子先生  
物 運動のできる服装と靴、飲み物  
他 当日の健康チェックで体調不良と判断された場合、参加をお断りすることがあります。

申 問 3月9日(月)までに健康推進課へ

厚木保健福祉事務所の相談案内

厚木保健福祉事務所を会場に、健康・福祉に関する相談・検査などを実施しています。事前に電話で予約が必要です。日時などはお問い合わせください。

精神保健・認知症相談

心の病気、アルコール・薬物などの依存症、認知症の相談。

日 月に2回程度  
午後1時30分～4時30分

専門的栄養相談

難病や合併症の方、そのご家族のための食事相談。

日 日付は個別に調整します。  
午前9時30分～午後4時

療育歯科相談

病気や障がい、発達遅延などがある3歳未満児を対象とした歯科相談。

日 月に2回程度  
午前9時～正午、  
午後1時30分～4時

エイズ、梅毒の無料検査・相談

匿名・無料で受けられます。相談は、随時受け付けています。

日 月に2回程度  
午後1時20分～4時

申 問 厚木保健福祉事務所 ☎046(224)1111(代)

ファミリーサポートセンター会員を募集します

問 子育て支援課 子ども保育班 ☎(内線)3366

ファミリーサポートセンターは育児の援助を受けたい人(依頼会員)と育児の援助を行いたい人(提供会員)の会員相互による育児の援助活動を行う組織です。

町ホームページ  
「ファミリー・サポート・センター」



募集する会員 ●依頼会員・・・育児援助を受けたい方

町内在住・在勤で、生後3カ月から小学3年生までのお子さんがいる方

●提供会員・・・育児援助を行いたい人

町内在住の方(町が実施する、育児援助に関する講習会(半日程度)を受講していただきます)

両方の会員を兼ねることもできます。

依頼会員の必要な援助や保育所・幼稚園・児童クラブなどの開始前または終了後の預かりや送迎など、少しの時間だけお子さんを預けたい時なども利用できます。利用方法や報酬など詳しくは、町ホームページをご覧ください。

専門職から

精神保健福祉士をご存知ですか?

精神保健福祉士は精神障がいのある方の生活上の困りごとや、社会復帰に関する相談に対しての助言・指導を行うほか、日常生活への適応のための必要な訓練などを行います。



●精神保健福祉士がいる場所

- 医療機関 精神科病院や総合病院の精神科、心療内科・精神科クリニックなど
- 行政機関 地方自治体、保健福祉事務所、精神保健福祉センターなど
- 福祉サービス事業所 グループホームや自立訓練施設、相談支援事業所、就労支援を実施する事業所、地域活動支援センターなど
- 司法機関 保護観察所、更生保護施設、矯正施設など

このほかにも社会福祉協議会や企業、職業安定所など、さまざまな場所で活躍しています。

●主な相談内容

- 生活のしづらさ、生きづらさに関してのご相談
- 利用できる福祉サービスを知りたいといったご相談
- 精神疾患、精神障がいのある方のご家族から、接し方や向き合い方に関するご相談
- ひきこもり、精神障がいのある方のご家族が亡くなった後の生活に関するご相談

●相談先

福祉支援課 障害福祉班

☎(内線)3355  
受付時間 町役場の開庁時間

障害者総合相談窓口  
愛川町 ゆいはあと

☎(内線)3815  
受付時間 火曜～金曜  
午前9時～午後5時

こころの健康に関する相談を、  
電話や面接でお受けします。

日 日時 所 場所 人 対象・定員(応募者多数の場合は抽選) 師 講師・指導 費 費用 物 持ち物 他 その他事項 申 申し込み

「メール配信サービスをご利用ください」「防災情報」「安全・安心情報」「防災行政無線情報」「イベント情報」「子育て情報」をメールで配信していますので、お問い合わせは健康推進課へ ☎(内線)3341

子育て

お子さんの歯科保健指導

- 日 3月26日(木)  
受付時間を分けてご案内します。  
個別通知でご確認ください。
- 所 健康プラザ2階 健診室
- 物 母子健康手帳、問診票、歯ブラシ、  
バスタオル
- 他 2歳児歯科健診では、身長・体重  
測定も行います。

歯科保健指導	対象
1歳児歯科健診	令和7年2月生まれ
2歳児歯科健診	令和6年2月生まれ
	令和5年8月生まれ

対象者には3月上旬までに必要書類  
をお送りしますので、届かない場合は  
ご連絡ください。  
育児について心配事のある方は、  
保健師・栄養士が相談をお受けします。



すくすく親子健康相談

- 日 3月5日(木)  
午前9時30分～11時
- 所 健康プラザ2階 健診室
- 人 町内在住で、就学前のお子さん  
と保護者
- 物 母子健康手帳
- 他 離乳食の展示・試食(保護者のみ)  
も実施します。
- 申 申し込みの必要はありませんので、  
直接会場へお越しください。

産後ケア「ひなたぼっこ」

内容は、身長・体重測定、育児・栄養・  
母乳に関する個別相談、お友達づ  
くり、お母さんたちの休息などです。

- 日 3月19日(木)  
午前9時30分～11時30分  
受け付けは午前11時まで
- 所 健康プラザ2階 健診室
- 人 町内在住で、1歳未満のお子さん  
とそのお母さん、お父さん
- 物 母子健康手帳、バスタオル(赤  
ちゃん用)、赤ちゃんに必要なもの(お  
むつ、ミルクなど)
- 申 3月18日(水)までに  
健康推進課へ

問 問い合わせ FAX ファクス ☑ 電子メール

乳幼児の健康診査

1歳6カ月児・3歳6カ月児 健康診査

対象の方には3月下旬に必要な書類を送付しますので、届かない場合はご連絡  
ください。

所 健康プラザ2階 健診室

受付時間を分けてご案内します。個別通知でご確認ください。

対象	1歳6カ月児 (令和6年9月生まれ)	3歳6カ月児 (令和4年9月生まれ)
日にち	4月22日(水)	4月14日(火)
持ち物	母子健康手帳、問診票、歯ブラシ、 バスタオル	母子健康手帳、問診票、歯ブラシ、 バスタオル、当日の朝の尿、 視力・聴力の調査票(記入済みのもの)

4カ月児・10カ月児 健康診査

診査は協力医療機関での個別健診となります。  
対象になる前月の下旬に通知を送付しますので、詳しくは通知をご覧ください。

- 日 4カ月児健診 満4カ月になった日から満7カ月になる日の前日まで  
(最適月齢は満4カ月)
- 10カ月児健診 満10カ月になった日から満13カ月になる日の前日まで  
(最適月齢は満10カ月)

健康

健康に関する相談会

申し込みの必要はありませんので、直接会場へお越しください。

- 日 3月18日(水) 午前9時30分～11時
- 所 健康プラザ1階 多目的室



骨密度測定・骨粗しょう症予防相談会

- 人 町内在住で成人の方(骨粗しょう症で治療中の方を除く)
- 他 測定は年度内1回限り。素足になりやすい服装でお越しください。

ヘルスあっぷ相談

- 人 町内在住で40歳以上の方
- 申 健幸aiちゃん測定のみ要予約(先着3人)。  
3月17日(火)までに健康推進課へ

健幸aiちゃん

タッチパネルと音声ガイダンスを  
備え、運動機能測定や判断力(認  
知能力)測定を行うことで健康  
状態を「見える化」する機器です。



令和8年度がん検診

集団検診は3月16日(月)までにお申し込みを!

がん検診には、指定された日時に健康プラザで受診する「集団検診」と、  
町が指定する医療機関で受診する「医療機関検診」があります。

●集団検診(申し込みが必要です)

2月下旬から世帯主宛てに申込書をお送りしています。  
検診を希望する方は、必要事項を記入し3月16日(月)必着で返送してください。

●医療機関検診

医療機関検診(乳・子宮・前立腺・<sup>こうくう</sup>口腔がん)は、6月上旬に対象者に受診券を  
送付しますので、申し込みの必要はありません。ただし、医療機関での大腸がん  
検診は、事前に電話で健康推進課へお申し込みください。  
乳・子宮・前立腺がんについて、受診券が届く前に受診を希望される方は健康  
推進課へご連絡ください。

問 問い合わせ FAX ファクス ☑ 電子メール 費 がないものは無料です。 人 がないものはどなたでも参加・来場できます。

LINEで町の情報を発信中! 愛川町LINE公式アカウントで、防災情報やイベント情報などを発信しています。  
「愛川町」または「@aikawatown」で検索し、「友だち登録」をお願いします。  
政策秘書課 秘書広報班 ☎(内線)3214