

福祉と健康

県障害者スポーツ大会

さわやかな汗を流しませんか

第6回千葉県障害者スポーツ大会の参加者を募集します。

期日と競技種目

○5月22日(日)

・身体障がい者...陸上、卓球、アーチェリー

・知的障がい者...陸上、卓球、フットベースボール

○6月5日(日)

・身体障がい者...水泳

・知的障がい者...水泳、ボウリング

会場 = 千葉県総合スポーツセンター陸上競技場 千葉市 ほか

出場資格 = 市内に住む身体障害者手帳または療育手帳の交付を受けている13歳以上の人

申込期限 = 3月10日(木)

申し込みなどくわしくは障がい者福祉課 ☎20-1539・FAX24-2367 へ。

難病疾患の人に

更新手続きを忘れずに

特定疾患や小児慢性特定疾患などで治療を受けている人に、見舞金を支給しています。

見舞金支給の更新には、保健所で新しく発行された受給者票券を持って、障がい者福祉課 市役所議会棟1階で手続きをする必要があります。更新手続きがされないときは見舞金の支給ができませんので、忘れずに行ってください。

見舞金 = 月額5,000円(ただし、継続して15日以上入院した月は10,000円)

支給月 = 4月、10月

15日以上入院治療を受けた人は、入院期間の分かるものを3月31日(木)までに必ず届け出てください。くわしくは障がい者福祉課 ☎20-1539 へ。

特定不妊治療

治療費の一部を助成

県が、特定不妊治療について費用の一部を助成します。

対象 = 法律上の夫婦で、特定不妊治療以外の治療法によっては妊娠の見込みがないか、極めて少ないと医師に判断された人。かつ、夫および妻の前年所得の合計額が650万円未満の人

対象となる治療 = 体外受精および顕微授精(夫婦以外の第三者からの精子・卵子・胚の提供による不妊治療、代理母、借り腹は対象外)

申請場所 = 居住地を管轄する保健所(成田市は印旛保健所)

治療を受ける医療機関の指定がありません。くわしくは印旛保健所地域保健福祉課 ☎043-483-1134 へ。

中途失聴者・難聴者のために

手話学習会を開催

日時 = 3月6日(日)午後1時30分~4時

会場 = 佐倉市中央公民館

参加費 = 無料(ただし、初めての人はテキスト代として1,000円)

要約筆記のサポートがあります。くわしくはNPO千葉県中途失聴者・難聴者協会印旛香取事務所 事務局FAX043-461-6533 へ。

療育相談

専門医がお応えします

対象 = 股関節脱臼の疑い・O脚・歩き方がおかしいなど、整形外科的な心配ごとに関する相談を希望する乳幼児および保護者

期日 = 3月16日(水)

受付時間 = 午後1時15分~2時

会場 = 印旛保健所(佐倉市)

相談担当者 = 整形外科専門医

持ち物 = 母子健康手帳・オムツなど

相談は無料・予約制です。申し込みは印旛保健所地域保健福祉課 ☎043-483-1134・FAX043-486-2777 へ。



たばこの話

禁煙を成功させるには?

皆さんはどのくらいタバコについて正しい知識をもっていますか。

【たばこ ×クイズ】

シミやシワが増え、肌のハリ・ツヤがなくなる

妊娠中の喫煙は、早産の危険性を高める

歯槽膿漏の原因になる

悪玉コレステロールを増やす

糖尿病を悪化させる

ぼうこうがんにかかる危険が高くなる

気管支炎や肺気腫の原因になる

十二指腸かいようを悪化させる

タバコの3大有害物質はニコチン・タール・一酸化炭素である

やめられないのは意志が弱いからではない

もうおわかりですね。答えはすべてです。

タバコにはたくさんの有害物質・発がん性物質が含まれています。そしてそれらは、呼吸器・消化器から全身を巡り、同時に血流障害も起こします。

このため、前出のクイズのほかに、あらゆる生活習慣病や全身のがん、冷え性や肩こり、水虫も起こりやすくなります。肌のシミ・シワが増え、ツヤ・ハリが失われるのは、女性ホルモンの分泌抑制やビタミンCの破壊によります。

これだけ害があると知っていてもやめられないのは、喫煙の習慣化とニコチンの依存性のためなのです。

ニコチンの作用により、初めは頭がすっきりしたような感覚があります。けれど耐性ができやすく、補充しないと頭がすっきりなくなり、イライラなどの禁断症状も現われます。

禁煙を成功させるためには、準備やコツ、自分にあった工夫が必要です。仲間と取り組むのも効果的です。健康増進課では相談に乗ったり情報を提供したりしています。またニコチン依存が強い場合は、ニコチン補充療法など医師と相談してみましよう。

禁煙は、やめたい気持ちがあればきっと成功します。

くわしくは健康増進課 ☎27-1111 へ。



保健インフォメーション

このコーナーの会場は保健福祉館です。問い合わせは健康増進課(☎27-1111)へ。

健康相談

保健師・栄養士・歯科衛生士が相談に応じます

日時 = 3月23日(水) 午後1時15分～1時45分

電話健康相談

☎27-1111 FAX27-1114

時間 = 午前9時～午後5時

歯の健康相談

歯科医師・歯科衛生士・栄養士が相談に応じます

日時 = 3月2日(水) 午後1時30分～2時30分

4カ月児育児相談

平成16年11月生まれが対象

期日 = 3月30日(水)

受付時間 = 午前9時～9時30分、午後1時～1時30分

10カ月児育児相談

平成16年5月生まれが対象

期日 = 3月29日(火)

受付時間 = 午前9時～9時30分、午後1時～1時30分

1歳6カ月児健診

平成15年8月生まれが対象

期日 = 3月3日(木)

受付時間 = 午前9時～9時45分、午後1時～1時45分

2歳児歯科健診

平成14年8月生まれが対象

期日 = 3月10日(木)

受付時間 = 午後1時～2時

3歳児健診

平成13年9月生まれが対象

期日 = 3月24日(木)

受付時間 = 午前9時～9時30分、午後1時～1時30分

こころの健康相談

精神科医師・保健師が相談に応じます(予約制)

日時 = 3月9日(水) 午後1時30分～3時

からだの発達相談

身体・運動面など体の発達に心配のある乳幼児が対象(予約制)

日時 = 3月17日(木) 午後1時30分～2時30分

こころの発達相談

心理発達に心配のある乳幼児が対象(予約制)

日時 = 3月17日(木) 午後1時～4時

母親学級

主に初めて母親になる人が対象(予約制)

日時 = 3月1日(火)・8日(火)・15日(火)・22日(火) 午後1時30分～4時30分

15日は午前10時から調理実習(個人負担300円)

パパママクラス

妊婦とその家族が対象(予約制)

日時 = 3月10日(木) 午後1時～3時30分

内容 = お風呂実習、父親の妊婦体験など

ポリオの予防接種

生後3～90カ月未満の乳幼児が対象

期日 = 3月7日(月)・9日(水)

受付時間 = 午後1時15分～2時

問診票と母子健康手帳を持参。

ツベルクリン反応検査とBCG接種

生後3～48カ月未満で未接種の乳幼児が対象

期日【ツベルクリン】【判定とBCG接種】

3月16日(水) 18日(金)

受付時間 = 午後1時15分～2時

問診票と母子健康手帳を持参。

4月からツベルクリンがなくなり、BCG接種の対象が6カ月までの乳幼児となります。

献血

会場 = リサイクルプラザ

日時 = 3月2日(水) 午後3時～4時30分

急病診療所

成田市急病診療所は、夜間や休日の急病に対応する診療所です。

場所 = 赤坂1-3-1(保健福祉館敷地内)

診療科目および診療日時

内科・小児科

診療日 = 毎日

診療時間 = 午後7時～午後11時

外科

診療日 = 日曜日・祝日

診療時間 = 午前10時～午後5時

歯科

診療日 = 日曜日・祝日

診療時間 = 午前10時～午後5時、午後7時～午後11時

○来所する前に、電話(☎27-1116)で症状を連絡してください。病状によっては、ほかの医療機関を紹介します。
○健康保険証を忘れずにお持ちください。

日曜祝日診療機関

病院・医院

都合により休診する場合があります。来診する前に、電話で問い合わせてください。

成田病院 押畑・☎22-1500)

藤倉クリニック(幸町・☎22-1158)

聖マリア記念病院(取香・☎32-0711)

ひらの内科(ウイング土屋・☎23-8070)

大田クリニック・イオン成田

(ウイング土屋・☎23-2100)

子育てひろば

このコーナーの問い合わせは生涯学習課(☎20-1583)へ。

対象 = 小学校低学年までの子どもと親

会場 = 中央公民館、遠山公民館

期日 = 3月5日(土)・12日(土)・19日(土)

時間 = 午前10時～正午

内容 = 子育てサポーターによる子育て相談や親同士の交流を図る

保育園開放日

このコーナーの問い合わせは各保育園が児童家庭課(☎20-1538)へ。

| 保育園名 | 電話番号 | 期日 | 保育園名 | 電話番号 | 期日 |
|------|---------|--------------|--------|---------|---------------|
| *松崎 | 26-8282 | 3/4(金)・18(金) | 吾妻 | 27-5773 | 3/9(水)・23(水) |
| 中台 | 27-9023 | 3/2(水)・16(水) | 橋賀台 | 28-0676 | 3/8(火)・22(火) |
| 新山 | 28-2527 | 3/3(木)・17(木) | 赤荻 | 24-0752 | 毎日(土・日・祝日を除く) |
| 長沼 | 37-0005 | 3/11(金) | *宗吾 | 26-2472 | 毎日(土・日・祝日を除く) |
| 加良部 | 26-3010 | 3/1(火)・15(火) | *三里塚 | 35-0165 | 一時保育のみ |
| 玉造 | 26-8889 | 3/10(木) | *三里塚第二 | 35-0081 | 一時保育のみ |

時間 = 午前10時～11時、赤荻は午前9時～11時45分、宗吾は午前9時～午後4時
赤荻・宗吾保育園以外は予約が必要です。*は一時保育あり(要予約)