

福祉と健康

1歳6カ月・3歳児健診

健やかな成長を願って

健康増進課では1歳6カ月児健診と3歳児健診を行っています。

これらの年齢は身体や心の成長がめざましい時期です。お子さんがより健やかに育っていくための節目としてぜひ健診を受けましょう。

なお、対象者には事前に問診票をお送りしています。

【1歳6カ月児健診】

対象 = 1歳6カ月の幼児(2歳前日まで受診できます)

内容 = 内科診察、歯科健診、身体測定、個別相談、手作りおやつを試食

【3歳児健診】

対象 = 3歳6カ月の幼児(4歳前日まで受診できます)

内容 = 尿検査、視力・聴力検査、歯科健診、内科診察、身体測定、個別相談など

会場は保健福祉館です。くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。

療育相談

専門医がお応えします

対象 = 股関節脱臼^{だっせう}の疑い、O脚、歩き方がおかしいなど、乳幼児の整形外科的な心配事の相談を希望する保護者および乳幼児

期日 = 5月18日(水) 6月15日(水) 7月20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(事前に電話で予約してください)。くわしくは印旛保健所地域保健福祉課(☎043-483-1134・FAX043-486-2777)へ。

脳卒中市民公開講座

脳卒中の予防と治療

日時 = 5月28日(土) 午後2時~3時30分

会場 = 日本医科大学千葉看護専門学校 講堂(印旛村)

講演内容と講師 = 「脳卒中の予防と治療: 最新の動向」、東儀英夫さん(岩手医科大学名誉教授)

参加費は無料、申し込みは不要です。くわしくは日本医科大学付属千葉北総病院脳神経外科(☎99-1111・代表)へ。

女性の検診(前期)

積極的に受診しましょう

女性の乳がん・甲状腺がん検診、子宮がん検診、骨密度検査を下表の通り行います。事前の申し込みは必要ありませんので、新規に受診を希望する人も当日直接会場へお越しください。

がんは、早期の段階では無症状です。検診で早期のうちに発見し、治療することが大切です。ぜひ、この機会に検診を受けましょう。

なお、自覚症状がある時は検診を待たずに早めに診察を受けることをお勧めします。乳房のしこりなどについては外科、不正出血などについては婦人科が診療科になります。

会場 = 保健福祉館

期日 = 下表のとおり

受付時間 = 午後0時30分~1時30分

妊娠中の人は受診できません。くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。

禁煙週間

タバコの害について考えて

毎年5月31日は、世界保健機関(WHO)が定める「世界禁煙デー」です。また、厚生労働省ではその日から1週間を「禁煙週間(5月31日~6月6日)」と定め、喫煙と健康問題についての認識を深めてもらう期間としています。

タバコは害があるとわかっていても、依存性がありなかなかやめられないのが現実です。タバコから立ち上る煙は吸う煙より2~4倍有害で、周囲の人にも悪影響があります。

健康増進法が施行され、公共の場の分煙や禁煙対策が広がり、喫煙者にとっては吸いにくい環境となってきています。最近では、禁煙用の張り薬やガムなどのグッズ、医療機関で治療を行うところも増えてきました。これを機会に、ぜひ禁煙に挑戦してみたいはかがでしょうか。

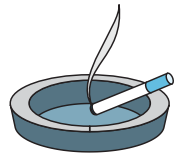
禁煙はどのような年代の人にも病気や治療の有無に関わらず下記のような健康増進効果があります。

【禁煙の効果】

- ・血液中の酸素濃度が正常になる(8時間後)
- ・心筋梗塞のリスクが減る(24時間後)
- ・味覚・嗅覚が回復し始める(48時間後)
- ・循環機能が改善、歩行が楽になる(2週間~3週間)

- ・咳、疲労、息切れが改善する(1~9カ月)

- ・肺ガンのリスクが半分に減る(5年)
- くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。



検診の種類	内容	日程	対象	注意事項
乳がん検診	マンモグラフィ	5月27日(金) 28日(土) 30日(月)	50歳以上の偶数年齢の女性(希望者)	50歳以上で偶数年齢の人は、マンモグラフィ検診が視触診のどちらかを選択
	視触診	6月7日(火) 8日(水) 13日(月) 17日(金) 20日(月) 22日(水) 27日(月) 28日(火)	30歳以上の女性でマンモグラフィによる検診を受けない人	検診は、月経後一週間を過ぎてからが最適 前あきの洋服が便利
子宮がん検診	細胞を採る	5月27日(月) 28日(火)	30歳以上の女性	スカートが便利 膣洗浄は3日前から避けてください 月経中の受診は、正確に検査できない可能性があります
骨密度検査	腕のレントゲン撮影	5月28日(土) 6月8日(水) 17日(金)	20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70・75歳の女性	時計・ブレスレットなどははずしてください

対象年齢は、平成18年3月31日現在の年齢です。



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。

一般健康相談

相談名	期日	時間	内容
健康相談	5月18日(水)	午後1時15分～1時45分	保健師・歯科衛生士・栄養士が相談に応じます
歯の健康相談	6月1日(水)	午後1時30分～2時30分	歯科医師・歯科衛生士が相談に応じます
こころの健康相談(予約制)	5月25日(水)	午後1時30分～4時30分	カウンセラー・保健師が相談に応じます
電話健康相談	月～金曜日(祝日を除く)	午前9時～午後5時	☎27-1111 FAX 27-1114

乳幼児健診・相談

健診・相談名	期日	受付時間	対象
4カ月児育児相談	5月25日(水)	午前9時～9時30分、午後1時～1時30分	平成17年1月生まれ
10カ月児育児相談	5月16日(月)	午前9時～9時30分、午後1時～1時30分	平成16年7月生まれ
1歳6カ月児健診	6月2日(木)	午前9時～9時30分、午後1時～1時30分	平成15年11月生まれ
2歳児歯科健診	5月19日(木)	午後1時～2時	平成14年10月生まれ
3歳児健診	5月26日(木)	午前9時～9時30分、午後1時～1時30分	平成13年11月生まれ
からだの発達相談(予約制)	5月19日(木)	午後1時30分～2時30分	身体・運動面など体の発達に心配のある乳幼児
こころの発達相談(予約制)	5月17日(火)	午後1時～4時	心理発達に心配のある乳幼児

母親学級(予約制) ..主に初めて母親になる人が対象

日時=6月7日(火)・14日(火)・21日(火)・28日(火) 午後1時30分～4時30分
21日は午前10時から調理実習(個人負担300円)

パパマクラス(予約制) ..妊婦とその家族が対象

日時=6月9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=5月18日(水) 6月3日(金)・6日(月) 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。

献血にご協力ください

県内の主な献血ルーム

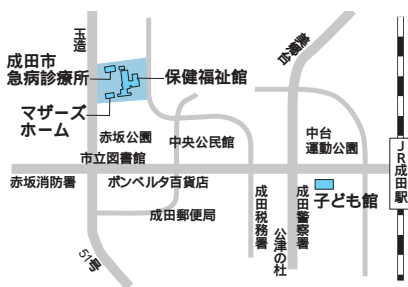
- 運転免許センター献血ルーム...千葉県運転免許センター内 (☎043-276-3641、土曜日・祝日・年末年始は休み)
- 献血ルームイクスピアリ...イクスピアリ1階ザ・コートヤード (☎047-305-5830、水曜日・祝日・年末年始は休み)

くわしくは県赤十字血液センター(☎043-241-8331)

急病診療所

☎27-1116 / 赤坂1-3-1(保健福祉館敷地内)

診療科目	診療日	診療時間
内科 小児科	毎日	午後7時～午後11時
外科	日曜日・祝日	午前10時～午後5時
歯科	日曜日・祝日	午前10時～午後5時 午後7時～午後11時



日曜祝日診療機関

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)

来所前に、電話で症状を連絡してください。健康保険証を忘れずに。

保育園開放日

このコーナーの問い合わせは各保育園か児童家庭課(☎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	5/20(金) 6/3(金)・17(金)	吾妻	27-5773	5/25(水) 6/8(水)・22(水)
中台	27-9023	5/18(水) 6/1(水)・15(水)	橘賀台	28-0676	5/24(火) 6/14(火)・28(火)
新山	28-2527	5/19(木) 6/2(木)・16(木)	赤荻	24-0752	毎日(土・日・祝日を除く)
長沼	37-0005	5/27(金) 6/10(金)・24(金)	*宗吾	26-2472	毎日(土・日・祝日を除く)
加良部	26-3010	5/17(火) 6/7(火)・21(火)	*三里塚	35-0165	一時保育のみ
玉造	26-8889	5/26(木) 6/9(木)・23(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)

