

## 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)、保健福祉館下総分館(☎96-1108)・大栄分館(☎73-6881)へ。電話やFAX(27-1114)で健康に関する相談なども受け付けています。

▼一般健康相談	期日	時間	相談を受ける人	
健康相談(医師は予約制)	1月17日(水)・24日(水) ※24日は大栄分館	午後1時15分～1時45分	医師・保健師・歯科衛生士・栄養士	
歯の健康相談	1月10日(水)	午後1時30分～2時30分	歯科医師・歯科衛生士	
こころの健康相談(予約制)	1月24日(水)	午後1時30分から	カウンセラー・保健師	
▼乳幼児健診・相談	期日	受付時間	対象	▼成人検診
4カ月児育児相談	1月22日(月)	午前9時～9時30分 午後1時～1時30分	平成18年 9月生まれ	今年度の成人検診を受けられる機 会は、あとわずかです。まだ受けていな い人はぜひ受けてください。  期日=1月27日(土)・29日(月) 受付時間=午前8時30分～11時 会場=保健福祉館
10カ月児育児相談	1月19日(金)		平成18年 3月生まれ	
1歳6カ月児健診	1月 4日(木)	平成17年 6月生まれ		
3歳児健診	1月25日(木)	平成15年 7月生まれ		
2歳児歯科健診	1月11日(木)	午後1時～2時	平成16年 6月生まれ	
からだの発達相談(予約制)	1月11日(木)	午後1時30分～2時 30分	身体・運動面などからだの 発達に心配のある乳幼児	
こころの発達相談(予約制)	1月16日(火)	午後1時30分から	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**
- パパマクラス(予約制)…妊婦とその家族が対象**  
※日時などくわしくは健康増進課へ。
- 新生児訪問…生後28日以内の赤ちゃんが対象**  
※希望する人は新生児連絡票(母子健康手帳別冊1)を健康増進課へ送付。
- 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=1月15日(月)・17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。

### 献 血

期日=1月11日(木)  
時間=午前10時～11時45分、午後1時～2時  
会場=大栄支所

期日=1月12日(金)  
会場と時間=大成建設…午前10時～11時  
30分、下総分館…午後1時30分～4時

### 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 1月1日(月)～3日(水)	午前10時～午後5時
歯科	日曜日・祝日 1月1日(月)～3日(水)	午前10時～午後5時 午後7時～午後11時



※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。

### 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  
(午後1時まで・ウイング土屋) ☎23-2100  
なのはなクリニック(午前中・吉岡) ☎49-0533

## なかよしひろばからののお知らせ

このコーナーの問い合わせは児童家庭課(☎20-1538)、子ども館(☎20-6300)または三里塚コミュニティセンター(☎40-4880)へ。

行事名	会場	対象	時間
親子であそぼう会	子ども館 *1月3日(水)までは休館	三里塚コミュニティセンター *1月3日(水)までは休館	
読み聞かせ	1月17日(水)…福笑い	1月18日(木)…福笑い	午前10時30分～11時
身体測定	1月10日(水)・24日(水)	1月11日(木)・25日(木)	午前11時～11時30分
子育てひろば	1月19日(金)	1月12日(金)	午前10時30分～11時30分
子育てひろば	1月13日(土)・27日(土)	—	午前10時～正午

■子育てひろばは次の会場でも開設しています。会場=中央公民館・遠山公民館 日時=1月6日(土)・20日(土) 午前10時～正午

## 福祉と健康

### 各種健康相談

#### 日ごろの健康管理に役立てて

##### 【健康相談】

医師・保健師・歯科衛生士・栄養士による個別相談を行っています(医師は予約制)。成人検診の結果の見方の説明や健康についての相談、血圧測定などを行います。

開催日	会場
1月17日(水)	保健福祉館
1月24日(水)	大栄分館
2月14日(水)	下総分館*
2月21日(水)	保健福祉館
3月7日(水)	保健福祉館*

(\*の日は医師による相談は行いません)

受付時間=午後1時15分~1時45分

##### 【歯の健康相談】

歯科医師・歯科衛生士による個別相談、歯みがき実習などを行っています。

期日=毎月第1水曜日(1月は第2水曜日)

受付時間=午後1時30分~2時30分

会場=保健福祉館

##### 【電話健康相談】

保健師・歯科衛生士・栄養士による電話相談を行っています。

電話番号=27-1111

相談日時=月~金曜日(祝日を除く)の午前9時~午後5時

※くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。

### 声の広報

#### 視覚障がいの人にお届けします

視覚障がいの人を対象に、市からのお知らせやまちの話題などをテープに吹き込んだ「声の広報」を無料で郵送しています。「声の広報」は、市内のボランティアグループ「さくら草」の皆さんが「広報なりた」や「議会だより」を朗読・録音し、視覚障害者総合支援センターちばを通じて郵送しているものです。

※申し込みなどくわしくは障がい者福祉課(☎20-1539)へ。

### けんこう座談会

#### バランスのとれた食事づくり

生活習慣病の予防について、食事は大切な要素の一つです。今の食事は適切なものかどうか、「けんこう座談会」に参加して見直してみませんか。男性もぜひ参加してください。

内容(\*は希望者)

- ・検診結果の見方について
- ・「1食分の食事はどのくらい?」みんなで作ってみましょう
- ・味噌汁やスープの塩分測定\*
- ・血圧測定\*
- ・健康相談\*

開催日など

開催日	会場	申込期限
1月16日(火)	大栄分館	1月12日(金)
1月26日(金)	保健福祉館	1月24日(水)
2月6日(火)		2月2日(金)

※どの会場でも同じ内容で実施します。

時間=午前10時~午後1時(受け付けは午前9時45分から)

定員=各開催日20人(先着順、参加人数が5人に満たないときは中止)

参加費=500円(材料費)

持ち物=成人検診結果票などの結果が分かるもの、エプロン・三角巾、塩分測定希望者は自宅の味噌汁・スープなどの汁のみ少量、健康手帳(持っている人)

※申し込みなどくわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。

### 介護予防教室(市委託事業)

#### 音楽やウォーキングでリフレッシュ

■音楽で心も体もリフレッシュ!

日時=1月26日(金)、2月23日(金)、3月23日(金)(全3回) 午後1時30分~3時30分

会場=保健福祉館大栄分館

対象=市内に住む65歳以上の人(できるだけ毎回参加できる人)

定員=30人(先着順)

講師=磯田公子さん(音楽療法士)

内容=簡単な手足を使ったリズム体操、懐かしい歌の合唱、簡単な楽器を使った合奏

持ち物=動きやすい服装・室内履き(運動靴)・飲み物

■大人のための脳トレーニング(ウォーキング編)

日時=2月8日・15日・22日の木曜日(全3回) 午後1時30分~3時30分

会場=三里塚コミュニティセンター

対象=市内に住む65歳以上の人(できるだけ毎回参加できる人)

定員=20人(先着順)

講師=NPO認知症予防サポートセンター所属講師

内容=元気な脳にするためのお話と歩き方を学ぶ

持ち物=動きやすい服装・室内履き(運動靴)・万歩計・筆記用具・飲み物

※申し込みなどくわしくは社会福祉協議会(☎27-7755)へ。

### 年始(1/1~1/3)の救急医療機関

年始は多くの医療機関が休診していただきますので、具合が悪くなった場合、下記の救急医療機関をご利用ください。

#### ■成田市急病診療所

右ページ参照

#### ■印旛市郡小児初期急病診療所

(佐倉市健康管理センター内)

☎043-485-3355

診療科目	診療時間
小児科	午前9時~午後5時 午後7時~翌朝午前6時

※15歳以下が対象です。

#### ■小児救急電話相談

☎#8000

ただし、ダイヤル回線・携帯電話からは☎043-242-9939

相談時間=午後7時~午後10時

医療機関ですぐ受診した方がよいか迷ったときにご相談ください。

看護師が相談

に応じ、アドバイスをします。また、必要な場合には小児科医師

に転送します。

