

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
歯の健康相談	4月 4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)	4月11日(水)	午後1時30分から	精神科医師・保健師
	25日(水)		カウンセラー・保健師
▼乳幼児健診・相談	期日	受付時間	対象
4カ月児育児相談	4月16日(月)	午前9時～9時30分 午後1時～1時30分	平成18年12月生まれ
10カ月児育児相談	4月18日(水)		平成18年 6月生まれ
1歳6カ月児健診	4月 5日(木)		平成17年 9月生まれ
3歳児健診	4月26日(木)	午後1時～2時	平成15年10月生まれ
2歳児歯科健診	4月12日(木)		平成16年 9月生まれ
からだの発達相談(予約制)	今月はありません		
こころの発達相談(予約制)	今月はありません		

- 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=4月6日(金)・9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

日時=4月19日(木) 午前10時～11時45分、
午後1時～4時
会場=市役所1階ロビー

国保大栄診療所

臨時休診日(眼科)=4月20日(金)
※くわしくは同診療所(☎73-2333)へ。

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



※来診前に、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	子ども館	三里塚コミュニティセンター	対象	時間
親子であそぼう会		4月18日(水)…エプロンシアター	4月19日(木)…エプロンシアター		午前10時30分～11時
読み聞かせ		4月11日(水)・25日(水)	4月12日(木)・26日(木)	市内に住んでいる乳幼児と親	午前11時～11時30分
身体測定		4月20日(金)	4月27日(金)		午前10時30分～11時30分
子育てひろば		4月14日(土)・28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=4月7日(土)・21日(土) 午前10時～正午

介護予防教室（市委託事業）

65歳からの楽しい講座

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）

■「シニアのためのらくらく健康体操（初級）」

①日時＝5月9日～7月25日の毎水曜日（全12回）午後2時～4時

会場＝三里塚コミュニティセンター

定員と参加費＝30人（先着順）・無料

②日時＝5月10日～7月26日の毎木曜日（全12回）午前9時30分～11時30分

会場＝大栄分館

定員と参加費＝20人（先着順）・無料

内容＝いすに座ってできる体操から始め音楽に合わせながら、自然と体力がついていくような構成になっています。体力測定あり

講師＝伊藤成子さん（フィットネスインストラクター）

持ち物＝動きやすい服装、室内履き運動靴（大栄分館のみ）・バレーシューズ不可）、タオル、バスタオル、飲み物（水分補給用）

■「音楽で心も体もリフレッシュ!!」

①日時＝4月23日、5月28日、6月25日の月曜日（全3回）午前10時～正午

会場＝保健福祉館

定員と参加費＝30人（先着順）・無料

②日時＝4月27日、5月25日、6月22日の金曜日（全3回）午後1時30分～3時30分

会場＝豊住公民館

定員と参加費＝30人（先着順）・無料

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

講師＝磯田公子さん（音楽療法士）

持ち物＝動きやすい服装、室内履き運動靴（豊住公民館のみ）、飲み物（水分補給用）

※申し込みなどくわしくは社会福祉協議会（☎27-7755）へ。

出産育児一時金

4月から受領委任払ができます

国民健康保険の出産育児一時金は、出産後に市に申請することで国保加入者の世帯主へ支給するものですが、4月からは事前（出産予定日前1カ月内）に医療機関の同意を得て申請することで、市から医療機関へ直接支払うこと（受領委任払）ができるようになりました。

これにより、申請した人は出産に掛かった費用のうち、出産育児一時金の35万円を超える部分のみを医療機関へ支払えば済むことになります。

申請できる人＝国民健康保険加入者で国民健康保険税を完納している人

申請方法＝保険証、印鑑、出産予定日が確認できる書類を持って保険年金課（市役所1階）または各支所住民課へ。申請書を交付しますので、医療機関の同意欄など必要事項を記入のうえ、再度申請書交付窓口へ

※医療機関によっては受領委任払を利用できない場合があります。可否については医療機関でご確認ください。くわしくは保険年金課（☎20-1526）へ。

なりたファミリー・サポート・センター

地域で助け合いを

子育ての援助を行いたい人（協力会員）と受けたい人（利用会員）が会員となり、地域で相互援助活動を行う「なりたファミリー・サポート・センター」が発足します。

■主な利用内容

- 保育園・幼稚園・児童ホームへの送り迎え
- 保育施設終了後の子守り
- 産前・産後の家事援助
- 通院・冠婚葬祭時などの子守り など

【入会説明会・基礎研修会】

日時

○ 4月11日（水）午前9時～正午

○ 4月21日（土）午前10時～正午（入会説明会のみ）

会場＝保健福祉館

申し込み＝ボランティアセンター（保健福祉館内）

※くわしくはボランティアセンター（☎27-8010）へ。

はり・きゅう・マツサージ券

55歳以上の人を対象

対象＝市内に住む55歳以上で市税を完納している人（外国人登録をしている人を含む）

助成額＝1回につき1,000円（1カ月当たり2枚を交付）

利用方法＝市に登録している、はり・きゅう・マツサージ施術所で施術を受けるときに利用券を渡し、施術料金との差額を支払う

利用券の交付申請＝印鑑を持って高齢者福祉課（市役所議会議棟1階）または下総・大栄支所福祉課へ

※くわしくは高齢者福祉課（☎20-1537）へ。

在宅介護者の集い

リフレッシュ日帰り旅行

対象＝市内在住で在宅介護をしている人
期日＝5月2日（水）

集合時間と場所＝午前9時15分・保健福祉館ふれあいサロン（帰りは午後3時30分の予定）

行き先＝芝山仁王尊（芝山町）、国民宿舎サンライズ九十九里（九十九里町）

定員＝25人（先着順）

参加費＝1,500円（食事代など）

※申し込みは4月20日（金）までに社会福祉協議会（☎27-7755）へ。

一般健康相談

健康管理に役立てて

健康増進課では、市民の皆さんが日ごろ気になっている健康に関する相談に応じています。日程などは「広報なりた」毎号の保健インフォメーション（右ページ）でお知らせしています。予約の必要なものもありますので、ご注意ください。

またそれ以外でも、平日の午前9時～午後5時は、保健師・歯科衛生士・栄養士が電話で相談に応じていますので、気軽にご相談ください。面接での相談を希望する人は電話で予約をお願いします。

※くわしくは健康増進課（☎27-1111）、または下総分館（☎96-1108）・大栄分館（☎73-6881）へ。