

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。

*相談の日程は、医師などの都合により変更となる場合があります。

▼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23日(水)	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9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16日(水)	午後1時30分から	精神科医師・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	12月17日(月)	午前9時～9時30分 午後1時～1時30分	平成19年 8月生まれ
10カ月児育児相談	12月19日(水)		平成19年 2月生まれ
1歳6カ月児健診	1月10日(木)		平成18年 6月生まれ
3歳児健診	12月20日(木)		平成16年 6月生まれ
2歳児歯科健診	1月17日(木)	午後1時～1時30分	平成17年 6月生まれ
からだの発達相談(予約制)	1月17日(木)	午後1時30分から	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)	1月24日(木)	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
※希望する人は赤ちゃんお誕生連絡票(母子健康手帳別冊1)を送付。
- 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。

献血にご協力ください

日時=12月28日(金) 午前10時～11時45分、午後1時～4時

会場=市役所1階ロビー

※満16歳から69歳の人にご協力いただけます。
65歳以上の人は、60歳から64歳までに献血をした経験があることが必要です。

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 12月29日～1月3日	午前10時～午後5時
歯科	日曜日・祝日 12月29日～1月3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)

保育園開放日

保育園名	電話番号	期日	保育園名	電話番号	期日
*松崎	26-8282	12/21(金)、1/18(金)	赤荻	24-0752	毎日 (土・日・祝日を除く)
中台	27-9023	12/19(水)、1/16(水)	*大栄	73-3000	
新山	28-2527	12/20(木)、1/17(木)	*宗吾	26-2472	一時保育のみ
長沼	37-0005	1/11(金)・25(金)	*公津の杜	29-6551	
加良部	26-3010	12/18(火)、1/15(火)	*月かげ	96-0531	
玉造	26-8889	1/10(木)・24(木)	*三里塚第一	35-0165	
*吾妻	27-5773	12/26(水)、1/9(水)・23(水)	*三里塚第二	35-0081	
橋賀台	28-0676	12/25(火)、1/8(火)・22(火)	*成田	22-0856	
*高岡	96-0042	12/26(水)、1/9(水)・23(水)	*つのぶえ	22-0867	
小御門	96-2362	12/20(木)、1/17(木)			

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。赤荻・大栄・宗吾・公津の杜保育園以外は予約が必要です。

*は一時保育あり(要予約)
 時間=午前10時～11時(赤荻は午前9時～午後0時15分、大栄は午前9時30分～午後4時30分、宗吾は午前9時～午後4時、公津の杜は午前9時30分～午後3時、月かげは午前9時30分～11時)

介護予防教室(市委託事業)

いつまでも元気であるために

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)

■音楽で心も体もリフレッシュ!

日時=1月18日、2月15日、3月21日の金曜日(全3回) 午後1時30分~3時30分

会場=下総公民館

内容=手足を使った簡単なリズム体操、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)

定員と参加費=30人(先着順)・無料

持ち物=動きやすい服装、室内履き(運動靴)、飲み物(水分補給用)

■大人のための脳トレーニング(ウォーキング編)

日時=1月22日・29日、2月5日・19日・26日、3月4日の火曜日(全6回) 午後1時30分~3時30分

会場=久住公民館

内容=元気な脳にするための話と歩き方を学ぶ

講師=NPO認知症予防サポートセンター所属講師

定員と参加費=25人(先着順)・無料

持ち物=動きやすい服装、室内用運動靴、万歩計(持っている人)、筆記用具、飲み物(水分補給用)

※申し込みは社会福祉協議会(☎27-7755)へ。

乳幼児発達健康診査(からだの発達相談)

専門医がお応えします

子どもの体の発達面で心配のある人を対象に乳幼児発達健康診査を行っています。小児発達の専門医師がお応えします。

期日=1月17日(木)、3月13日(木)

受付時間=午後1時30分~2時30分

会場=保健福祉館

※予約制です。申し込みは健康増進課(☎27-1111)へ。

視覚障がい者支援ボランティアスクール

ガイドヘルプや点字を学ぼう

視覚障がい者を支援するボランティアの養成講座を開催します。

ガイドヘルプや点字などを学び、活動の場を広げてください。



期日と内容

期日	内容
1 1月31日(木)	講義「視覚障がい者の現況と生活」
2 2月7日(木)	講義「疾病と心理的理解」
3 2月14日(木)	講義「地域生活支援における視覚障がい者援助の視点と留意点」
4 2月21日(木)	実習「点字の基礎1(書き方)」
5 2月28日(木)	実習「点字の基礎2(読み方)」
6 3月6日(木)	実習「ガイドヘルプ1(生活の介助)」
7 3月14日(金)	実習「ガイドヘルプ2(乗り物の介助)」
8 3月21日(金)	実習「視覚障がい者のレクリエーション(スルーネットピンポンを楽しもう)」
9 3月28日(金)	講義「体験談(視覚障がいになって)」、講習会のまとめ「意見交換」

時間=午後1時30分~3時30分

会場=保健福祉館

対象=視覚障がい者支援ボランティアに関心のある人

講師=第1~3回・第8回…高梨憲司さん(視覚障害者総合支援センターちば所長)、第4・5回…山倉延枝さん(視覚障害者総合支援センターちば点字指導員)、第6・7回…城所文恭さん(中核地域生活支援センター「すけつ」総合コーディネーター)、第9回…磯部淳さん(視覚障害者総合支援センターちばIT指導員)

定員と参加費=30人(先着順)・無料

※申し込みは1月25日(金)までにボランティアセンター(☎27-8010)へ。

けんこう座談会

バランスのとれた食事づくり

食事は生活習慣病の予防のための、大切な要素の一つです。今の食事が適切かどうか見直してみませんか。男性の参加もお待ちしております。

期日=1月16日(水)、3月12日(水)

時間=午前10時~午後2時(受け付けは午前9時45分から)

会場=保健福祉館

内容(*は希望者)=健診結果の見方について、調理実習、*みそ汁の塩分測定、*血圧測定、*健康相談

定員=各日20人(先着順)

参加費=500円(材料費)

持ち物=成人検診結果票など健康状態が分かるもの、エプロン、三角巾、健康手帳(持っている人)、塩分測定希望者は自宅のみそ汁の汁のみ少量

※申し込みは開催日の5日前(直前の金曜日)までに健康増進課(☎27-1111)へ。

年末年始(12月29日~1月3日)の救急医療機関

■成田市急病診療所

右ページ参照

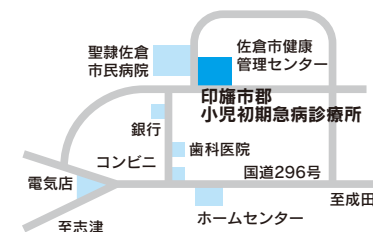
■印旛市郡小児初期急病診療所

(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。



■こども急病電話相談

☎#8000

ダイヤル回線からは☎043-242-9939

医療機関をすぐに受診したほうがよいか迷ったときご相談ください。相談には看護師が応じ、必要な場合は小児科医師に電話を転送します。

相談時間 午後7時~午後10時