

## 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。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。

相談は医師などの都合により日程を変更する場合があります。

▼一般健康相談	期日	時間	相談を受ける人
こころの健康相談(予約制)	5月12日(水)	午後1時30分～3時	精神科医師・保健師
	4月21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
赤ちゃん相談・4カ月	4月26日(月)	午前9時～9時30分 午後1時～1時30分	平成21年12月生まれ
赤ちゃん相談・10カ月	4月23日(金)		平成21年 6月生まれ
1歳6カ月児健診	5月13日(木)		平成20年10月生まれ
3歳児健診	4月22日(木)		平成18年10月生まれ
2歳児歯科健診	4月15日(木)		平成19年 9月生まれ
こころの発達相談(予約制)	4月15日(木)	午後1時30分～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**
- 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。
- こんにちは赤ちゃん事業…生後4カ月までの赤ちゃんが対象**  
※赤ちゃんお誕生連絡票(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(7歳6カ月)未満の乳幼児が対象**  
期日=5月14日(金)・17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ってきてください。

### 献血にご協力ください

#### 【市役所1階ロビー】

日時=4月21日(水) 午前10時～11時45分、午後1時～4時

※都合により変更になる場合があります。くわしくは千葉県赤十字血液センター献血推進二課(☎047-457-9927)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(日曜日も)	午後7時～ 午後11時
	4月18日(日) 25日(日)	午前10時～ 午後5時
外科 歯科	日曜日・祝日	午前10時～ 午後5時

※来診前に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(午前中・押畑・☎22-1500)  
 藤倉クリニック(午前中・幸町・☎22-1158)  
 聖マリア記念病院(取香・☎32-0711)  
 ひらの内科  
 (日曜日の午前中・ウイング土屋・☎23-8070)  
 大田クリニック  
 (日曜日の午前中・ウイング土屋・☎23-2100)  
 なのはなクリニック  
 (日曜日の午前中・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	4/16(金)、5/7(金)・21(金)	*三里塚第一	35-0165	4/20(火)、5/18(火)
中台	27-9023	4/21(水)、5/19(水)	*三里塚第二	35-0081	4/27(火)、5/11(火)・25(火)
新山	28-2527	4/15(木)、5/6(木)・20(木)	長沼	37-0005	毎日 (土・日曜日、祝日を除く)
赤荻	24-0752	4/23(金)、5/14(金)・28(金)	*大栄	73-3000	
*中台第二	29-6676	4/20(火)、5/18(火)	*宗吾	26-2472	一時保育のみ
玉造	26-8889	4/22(木)、5/13(木)・27(木)	*公津の杜	29-6551	
*吾妻	27-5773	4/28(水)、5/12(水)・26(水)	*月かげ	96-0531	
橋賀台	28-0676	4/27(火)、5/11(火)・25(火)	*成田	22-0856	
*高岡	96-0042	4/28(水)、5/12(水)・26(水)	*つぶえ	22-0867	
小御門	96-2362	4/15(木)、5/6(木)・20(木)			

このコーナーの問い合わせは各保育園へ。長沼・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(長沼は午前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)

## 若がり隊 気軽に楽しく機能訓練

市では、脳卒中などによる軽い障がいのある人を対象に、無理なく体の機能を回復するADL体操や音楽療法、作業療法を取り入れた楽しい訓練を実施する「若がり隊」の会員を募集しています。

卒業後は、OB会でボランティアや学習活動などをする機会もあります。仲間作りや社会参加のきっかけに、ぜひ参加してください。

日時＝水曜日 午前10時～午後3時(7カ月で卒業)

会場＝保健福祉館(送迎あり)

対象＝脳卒中や難病などによる軽い障がいがある40～69歳の人

参加費＝無料

※くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。

## 介護者教室 男性もぜひ参加してください

日時とテーマ(講師)

○5月20日(木) 午後1時20分～3時30分…  
高齢者の特性や病気、認知症の早期発見など(医師)

○5月28日(金) 午後1時30分～3時30分…  
寝たきりにさせない介護(理学療法士)

○6月4日(金) 午前10時～午後1時30分…  
取り分け介護食のポイントと調理実習(栄養士)

○6月9日(水) 午後1時30分～3時30分…  
口腔ケアの方法と口腔機能向上のための“健口”体操(歯科衛生士)

○6月16日(水) 午後1時30分～3時30分…  
認知症の理解と接し方(認知症認定看護師)

○6月24日(木) 午後1時30分～3時30分…  
介護者のための腰痛予防と健康リフレッシュ体操(日本体育協会公認スポーツプログラマー)、介護保険制度と福祉サービス(市職員)

会場＝保健福祉館

定員と参加費＝30人(先着順)・無料(調理実習のみ材料費500円)

※1日のみの参加も可能です。申し込みは5月14日(金)までに高齢者福祉課(☎20-1537)へ。

## こんにちは赤ちゃん事業 子育てについての情報提供も

市では、生後4カ月までの赤ちゃんがいる家庭を対象に、助産師や保健師が訪問する「こんにちは赤ちゃん事業」を行っています。

赤ちゃんが生まれたら、母子健康手帳別冊1に付いている「赤ちゃんお誕生連絡票」(または出生通知書)を、忘れずに郵送または直接、健康増進課(〒286-0017 赤坂1-3-1 保健福祉館内)へ届けてください。

※くわしくは同課(☎27-1111)へ。



## ことばの相談室 気軽に問い合わせてください

市内に住んでいることばの発達や発音の誤り・吃音などで心配のある就学前のお子さん(きょうご)を対象に、相談・訓練などを行っています。

※予約制です。希望する人は健康増進課(☎27-1111)へ。

## 認知症サポーター養成講座 正しい知識で理解を深めよう

日時＝5月21日(金) 午前10時～正午

会場＝保健福祉館大栄分館

内容＝認知症に対する正しい知識と具体的な対応を学ぶ

定員と参加費＝25人(先着順)・無料

※申し込みは5月14日(金)までに高齢者福祉課(☎20-1537)へ。

## 旭中央病院の夜間小児科救急 4月1日から変わりました

旭中央病院救急外来では、小児科医の負担軽減のため、午前0時～8時30分は当直医が初期診療を行い、必要に応じて小児科医が支援する体制に変わりました。

※くわしくは総合病院国保旭中央病院(☎0479-63-8111)へ。

## 在宅障がい児レクリエーション バスで東京ディズニーランドへ

期日と集合時間＝6月5日(土) 午後1時(解散予定は午後10時)

集合場所＝保健福祉館

行き先＝東京ディズニーランド

対象＝在宅の障がい児(者)と保護者1人

参加費＝4歳～11歳3,510円、12歳～17歳4,500円、18歳以上5,220円

※申し込みは5月12日(水)までに社会福祉協議会(☎27-7755)へ。

## 介護予防教室 ウォーキングで元気な脳に大変身

日時＝5月20日・27日、6月3日・10日・17日・24日の木曜日(全6回) 午後1時30分～3時30分

会場＝玉造公民館

内容＝早歩きウォーキングと筆記テストを通じて自分の脳をチェックする

対象＝市内在住の65歳以上の人

講師＝城直美さん(NPO認知症予防サポートセンター)

定員と参加費＝20人(応募者多数は初めての人を優先に抽選)・無料

持ち物＝動きやすい服装、筆記用具、飲み物、歩数計

※駐車場が少ないので、来場にはなるべく公共交通機関を利用してください。

申し込みは5月13日(木)までに社会福祉協議会(☎27-7755)へ。

## 在宅介護者の集い 一人で悩まず皆で話し合いませんか

介護について、日ごろの悩みを話し合ったり情報交換をしたりして、ほっとするひとときを過ごしませんか。

日時＝第1水曜日(1月は休み) 午前10時～正午

会場＝保健福祉館

内容＝集いのほかに、介護講習会や調理実習、お楽しみ会、日帰り旅行など

対象＝在宅介護をしている市内在住の人

参加費＝無料(調理実習などは実費負担有り)

※くわしくは社会福祉協議会(☎27-7755)へ。