

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。

成田市医療相談ほっとライン

専門の医療スタッフが、24時間365日、無料で相談に応じます。

24時間 い い サービス
☎0120-24-1130

▼一般健康相談	期日	受付時間	相談を受ける人
健康相談(予約制)	今月はありません		医師・保健師・栄養士
歯の健康相談(予約制)	3月2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・治療中の人は除く)	3月2日(水)	午後1時30分から	精神科医師・保健師
	3月9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
下総公民館赤ちゃん相談(予約制)	3月16日(水)	午前9時30分～10時	平成22年5・6・11・12月生まれ
赤ちゃん相談・4カ月	3月25日(金)	午前9時～9時30分 午後1時～1時30分	平成22年11月生まれ
赤ちゃん相談・10カ月	3月18日(金)		平成22年5月生まれ
1歳6カ月児健診	3月3日(木)		平成21年8月生まれ
3歳児健診	3月24日(木)		平成19年9月生まれ
2歳児歯科健診	3月10日(木)	午後1時～1時30分	平成20年8月生まれ
こころの発達相談(予約制)	3月1日(火)	午前9時から	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。
- 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＝3月4日(金)・7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。
- 学童期の予防接種…転入した9～12歳の人で、三種混合Ⅱ期・日本脳炎Ⅱ期・日本脳炎救済措置が未接種の人は、健康増進課へ

献血にご協力ください

【イオンモール成田】

3月12日(土)
午前10時～11時45分、午後1時～4時

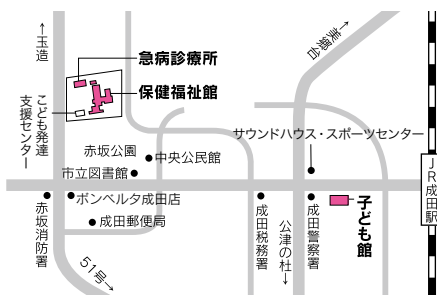
【ボンベルタ成田店脇ロータリー】

3月13日(日)
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
	日曜日・祝日・お盆・ ゴールデンウィーク・年末年始	午前10時～ 午後5時
外科 歯科	日曜日・祝日・お盆・ ゴールデンウィーク・年末年始	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)

こども急病電話相談

☎#8000 (ダイヤル回線からは043-242-9939、午後7時～10時・年中無休)

みんなおいでよ!
なかよしひろば

毎週火～日曜日の午前9時～午後4時30分、子ども館と三里塚コミュニティセンターの一部を親子に開放し、そのほかに下記行事を実施しています。くわしくは子育て支援課(☎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	時間	三里塚コミュニティセンター	時間
親子であそぼう会		3月5日(土)…体を動かして遊ぼう 3月19日(土)…手型	午前10時30分から	3月3日(木)… ^{ひな} 雛祭りの制作 3月17日(木)…手型押し	午前10時30分から
読み聞かせ		3月12日(土)・26日(土)	午後2時から	3月10日(木)・24日(木)	午前11時～11時30分
身体測定		3月18日(金)	午前10時～11時30分、午後1時30分～3時	3月11日(金)	午前10時30分～11時30分
子育てひろば		3月12日(土)・26日(土)	午前10時～正午	—	—

■対象＝市内に住んでいる乳幼児と保護者 ■子育てひろばは中央公民館でも開設しています。 日時＝3月5日(土)・19日(土) 午前10時～正午

たばこの話 禁煙したい人へ

たばこをやめられない原因には、ニコチンへの依存が挙げられます。次の項目に答えることで、あなたのニコチン依存度を容易に知ることができます。

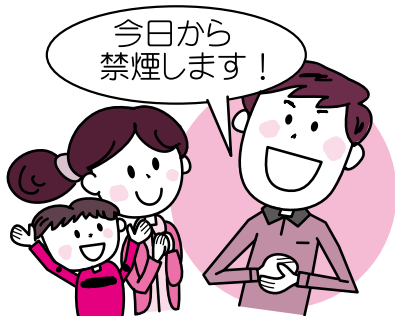
ニコチン依存度判定法

質問	0点	1点	2点	3点		
朝起きてから何分くらいで最初の喫煙をしますか	1時間以降	1時間以内	30分以内	5分以内		
寺院や図書館、映画館といった喫煙を禁じられた場所で禁煙することが難しいですか	いいえ	はい	/			
1日の喫煙の中で、どれが一番やめにくいですか	そのほか	朝、最初の1本				
1日に何本くらいたばこを吸いますか	10本以下	11～20本			21～30本	31本以上
ほかの時間帯より起床後数時間に多く喫煙しますか	いいえ	はい				
ほとんど1日中床に伏すような病気のとときでも喫煙しますか	いいえ	はい	/			

結果はどうでしょうか。6点以上の人は、依存が高いと考えられます。

たばこには、ニコチン、タール、一酸化炭素など60種類の発ガン物質を含む多くの有害物質が含まれます。また、たばこの煙は、喫煙者だけでなく周囲の人の健康にも悪影響を及ぼします。特に火の着いたたばこの先から立ち上る煙(副流煙)には有害物質が多く含まれます。

禁煙を成功させるには、禁煙開始日を決める、家族や同僚に禁煙宣言をする、禁煙仲間をつくるなどが効果的です。医療機関の中には、ニコチン補充療法などの治療を実施しているところもあります。※くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。



保健福祉審議会 委員になりませんか

市では、保健・医療・福祉施策の計画・運営に協力してくれる人を募集します。
応募資格＝市内在住で4月1日現在20歳以上75歳未満の人(ほかの審議会などの委員に委嘱されている人、市議会議員、市の常勤職員は除く)

募集人員＝2人

任期＝4月1日からの2年間

審議会開催回数＝年2～4回程度(平日)

報酬＝市の条例で定める額

選考方法＝書類審査。選考結果は応募者全員に書面で通知

応募方法＝履歴書と応募理由(400字程度)を直接または郵送で社会福祉課(市役所議会棟1階 〒286-8585 花崎町760)へ

応募期限＝3月15日(火)(必着)

※くわしくは同課(☎20-1536)へ。

非常勤職員 健康増進課で働きませんか

応募資格＝看護師の資格を持つ60歳以下の人

募集人員＝若干名

業務内容＝予防接種や健診などの保健業務

勤務場所＝健康増進課(保健福祉館内)

時給＝1,220円

応募方法＝3月10日(木)までに写真を貼った履歴書を直接または郵送で健康増進課(〒286-0017 赤坂1-3-1)へ

※くわしくは同課(☎27-1111)へ。

入学・就職祝い金 母子・父子家庭の子どもに

母子家庭、父子家庭、父母のいない家庭の子どもが、小中学校・高校などに入学するとき、または中学校を卒業して就職するときに祝い金を支給しています。

金額＝1人につき8,000円

申請方法＝3月10日(木)(必着)までに、必要書類を子育て支援課(市役所2階)か下総・大栄支所市民福祉課へ

※くわしくは子育て支援課(☎20-1538)へ。

県障害者スポーツ大会 さわやかな汗を流しませんか

出場資格＝市内在住で身体障害者手帳または療育手帳の交付を受けている13歳以上の人

申込期限＝3月18日(金)

種目	期日	会場	対象
陸上・卓球	5月22日(日)	県総合スポーツセンター	身体・知的障がい者
水泳	5月29日(日)	県国際総合水泳場	身体・知的障がい者
ボウリング	5月29日(日)	千葉リバーレーン	知的障がい者

※くわしくは障がい者福祉課(☎20-1539 FAX24-2367)へ。

手話学習会と手話サロン 中途失聴者・難聴者のために

対象＝耳の不自由な人、その家族・友人など

手話学習会・懇談会

期日と会場

○3月5日(土)・佐倉市中央公民館

○3月20日(日)・四街道市総合福祉センター

時間＝午後1時30分～4時

参加費＝無料(初めての人はテキスト代として1,000円)

手話サロン

期日＝3月18日(金)

会場＝酒々井町社会福祉協議会

時間＝午後1時30分～4時

参加費＝無料

※要約筆記のサポートがあります。申し込みはNPO千葉県中途失聴者・難聴者協会印旛香取事務所・板倉さん(☎090-5302-0385 FAX043-461-6533)へ。

