

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	受付時間	相談を受ける人
歯の健康相談	3月 5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)	3月 5日(水)	午前10時15分から	精神科医師・保健師(治療中の人は除く)
	3月26日(水)	午後1時15分から	カウンセラー・保健師(治療中の人は除く)
▼乳幼児健診・相談	期日	受付時間	対象
赤ちゃん相談・4カ月	3月24日(月)	午前9時～9時30分 午後1時～1時30分	平成25年11月生まれ
赤ちゃん相談・10カ月	3月17日(月)		平成25年5月生まれ
1歳6カ月児健診	3月 6日(木)		平成24年8月生まれ
2歳児歯科健診	3月13日(木)		平成23年8月生まれ
3歳児健診	3月20日(木)		平成22年9月生まれ
こころの発達相談(予約制)	3月12日(水)		午前9時～11時50分

- 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。
- 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。



献血にご協力ください

【イオンモール成田】

3月2日(日)・8日(土) 午前10時～11時45分、午後1時～4時30分

【成田市場】

3月14日(金) 午前9時30分～正午
※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(☎047-457-0711)へ。



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)

みんなおいでよ! なかよしひろば

市では、午前9時～午後4時30分(各施設の休館日を除く)に子ども館・三里塚コミュニティセンター・もりんぴあこづの一部を乳幼児と保護者が自由に遊べる場として開放しています。また、そのほかに下記行事を実施しています。くわしくは各問い合わせ先へ。

対象=市内在住の乳幼児とその保護者

施設名	行事名	期日	時間
子ども館 (☎20-6300)	親子であそぼう会	3月1日(土)…ひな祭り製作 3月15日(土)…手形押し	午前10時30分から
	読み聞かせ	3月8日(土)・22日(土)	午後2時から
	身体測定	3月14日(金)	午前10時～11時30分、 午後1時30分～3時
	子育てひろば	3月8日(土)・22日(土)	午前10時～正午
三里塚コミュニティセンター (三里塚なかよしひろば・☎40-4880)	親子であそぼう会	3月6日(木)…パネルシアター 3月20日(木)…手形押し	午前10時30分から
	読み聞かせ	3月13日(木)・27日(木)	午前11時から
	身体測定	3月14日(金)	午前10時～11時30分、 午後1時30分～3時
もりんぴあこづ (公津の杜なかよしひろば・☎27-7300)	おしゃべりひろば	3月11日(火)・25日(火)…0歳児 3月20日(木)…1・2歳児	午前10時30分から、午後2時30分から(20日は午前10時30分からのみ)
	遊びのひろば	3月30日(日)…ダンボール電車	午前10時30分から
	子育て講座	3月6日(木)…遊びで育つちから	午前10時30分から

※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1日(土)・15日(土) 午前10時～正午

子ども急病電話相談

☎ #8000

ダイヤル回線からは☎043-242-9939、午後7時～10時・年中無休

成田市医療相談ほっとライン

専門の医療スタッフが、24時間年中無休、無料で相談に応じます。

24時間 い い サービス
☎ 0120-24-1130

急病診療所 ☎27-1116

赤坂1-3-1(保健福祉館敷地内)

診療日時	診療科目
毎日(休診日なし) 午後7時～11時(受け付けは午後10時45分まで)	内科 小児科
日曜日・祝日、8月13日～15日、12月29日～1月3日 午前10時～午後5時(受け付けは午後4時45分まで)	内科 小児科 外科 歯科

※事前に症状を連絡し、受付時間内に健康保険証を持って来所してください。

福祉と健康

HEALTH AND WELFARE

ジェネリック医薬品に関するお知らせ 3月下旬に送付

市では「ジェネリック医薬品に関するお知らせ」を3月下旬に送付します。この通知は、現在処方を受けている薬をジェネリック医薬品に切り替えた場合に、自己負担額がどのくらい安くなるかをお知らせするものです。

この通知を希望しない人は、3月10日(月)までに保険年金課へ連絡してください。すでに送付を希望しない旨の連絡をしている人は、必要ありません。

対象＝40歳以上の国民健康保険加入者で、自己負担額が一定額以上軽減できると見込まれる人
※くわしくは保険年金課(☎20-1526)へ。



身体障害者手帳

認定基準が変更

ペースメーカーや人工関節などを入れた人の身体障害者手帳の認定基準が4月1日(火)から変わります。これまでは、ペースメーカーは1級、人工股・膝関節は4級、人工足関節は5級といったように一律に認定されていました。新たな基準では、術後の障がいの状態を個々に評価して認定します。

- ペースメーカーなど(心臓機能障がい) …1級・3級・4級のいずれかに認定
- 人工関節など(肢体不自由) …股関節・膝関節は4級・5級・7級・非該当のいずれかに認定、足関節は5級・6級・7級・非該当のいずれかに認定

3月31日(月)までに診断書が作成された人については、6月30日(月)までに申請すれば従来の基準で認定されます。
※くわしくは障がい者福祉課(☎20-1539)へ。

こころの健康相談(予約制)

ストレスを感じていませんか

2週間以上眠れない日が続く、食欲がなくて体重が減っている、憂鬱な気分になるなど、心身に異常はありませんか。独りで悩まず気軽に相談してください。

会場＝保健福祉館

対象と相談料＝過去に専門の医療機関で受診したことがない人・無料

※日程などは保健インフォメーション(18ページ)をご覧ください。くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。

認可外保育施設

利用料の一部を補助

市では、国の指導監督基準を満たした認可外保育施設(市外にある施設を含む)に通う小学校就学前の児童の保護者に、年4回に分けて利用料の一部を補助します。

対象＝保育園の入所基準を満たした小学校就学前の児童の保護者

対象となる利用料＝保護者が認可外保育施設に支払った1～3月分の利用料

申請書配布場所＝保育課(市役所2階)

申請方法＝3月17日(月)～31日(月)に、申請書に就労証明書、世帯の所得が分かる書類、利用料の領収書などの必要書類を添えて保育課へ

※くわしくは同課(☎20-1607)へ。

難病疾患見舞金

更新手続きを忘れずに

市では、特定疾患や小児慢性特定疾患などの治療を受けている人に、見舞金を支給しています。

見舞金の支給は、受給者票(受診券)の有効期限ごとに更新手続きが必要です。

保健所で発行された新しい受給者票を持って障がい者福祉課(市役所議会棟1階)または下総・大栄支所で手続きしてください。手続きを行わないと見舞金が支給されません。

金額＝月額5,000円(継続して15日以上入院した月は1万円)

支給月＝4月・10月

※入院治療を受けた人は、入院期間の分かるものを支給月の前月までに必ず提出してください。くわしくは障がい者福祉課(☎20-1539)へ。

入学・就職祝い金

母子・父子家庭は申請を

市では、母子・父子家庭、父母がいない家庭などの子どもが、小中学校・高校などに入学するときや、中学校を卒業して就職するときに祝い金を支給します。申請は3月10日(月)までにしてください。
金額＝対象の子ども1人につき8,000円
※くわしくは子育て支援課(☎20-1538)へ。

ニコチン依存度をチェック

たばこをやめたい皆さんへ

禁煙を成功させるには、禁煙の開始日を決める、家族や同僚に禁煙することを伝える、禁煙仲間をつくるなどが効果的です。医療機関の中には、ニコチン依存の高い人に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。次の質問に答えて、あなたのニコチン依存度をチェックしてみましょう。

質問	
1	自分が吸うつもりよりも、ずっと多くたばこを吸ってしまうことがある
2	禁煙や本数を減らそうと試みてできなかったことがある
3	禁煙したり本数を減らしたときに、たばこが欲しくてたまらなくなったことがある
4	禁煙したり本数を減らそうとしたときに、次の症状のどれかがあった(イライラ、神経質、落ち着かない、集中しにくい、憂鬱、頭痛、眠気、胃のむかつき、脈が遅い、手の震え、食欲増進または体重増加)
5	4の症状を消すために、またたばこを吸ったことがある
6	重い病気にかかって、たばこは良くないと分かっているのに吸ったことがある
7	たばこで健康問題が起きていると分かっているのに吸ったことがある
8	たばこで精神的問題が起きていると分かっているのに吸ったことがある
9	自分はたばこに依存していると感じることがある
10	たばこが吸えないような仕事や付き合いを避けたことが何度かある

5つ以上の項目に当てはまる人はニコチンへの依存が高いと考えられます。

自分にあった禁煙方法を見つけ、実行していきましょう。

※くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。

