

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
健康相談(予約制)	10月 3日(水)	午後1時～1時15分	医師・保健師・栄養士
歯の健康相談	10月 3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)	10月22日(月)・31日(水)	午後1時15分～3時	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	10月30日(火)	午前9時～9時30分	平成30年6月生まれ
赤ちゃん相談・10カ月	10月24日(水)		平成29年12月生まれ
1歳6カ月児健診	10月 4日(木)	午後1時～1時30分	平成29年3月生まれ
2歳児歯科健診	10月11日(木)		平成28年3月生まれ
3歳児健診	10月25日(木)	午前9時～11時50分	平成27年4月生まれ
こころの発達相談(予約制)	10月10日(水)		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。
- **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)を健康増進課へ送付。



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市内在住の乳幼児と保護者が自由に遊べる場「なかよしひろば」として開放しています(各施設の休館日を除く)。そのほかに次の行事を実施しています。くわしくは各問い合わせ先へ。

施設名	行事名	期日	時間
子ども館(なかよしひろば) ☎20-6300	親子であそぼう会	10月6日(土)…劇あそび 10月20日(土)…ハロウィン製作	午前10時30分～11時
	ベビーヨガ(予約制)	10月11日(木)	午後3時～4時
	子育てひろば	10月13日(土)・27日(土)	午前10時～正午
	おはなし会	10月13日(土)・27日(土)	午後2時～2時30分
	2歳あつまれー!	10月17日(水)	午前10時45分から
	身体測定	10月19日(金)	午前10時～11時30分、 午後1時30分～3時
	誕生会 栄養相談	10月26日(金)…10月生まれ 10月30日(火)	午前10時30分～10時45分 午前10時30分～11時30分
三里塚コミュニティセンター(三里塚なかよしひろば) ☎37-3922	おはなし会	10月11日(木)	午前11時から
	身体測定	10月12日(金)	午前10時～11時30分、 午後1時30分～3時
	手形取り	10月23日(火)…10月生まれ	
	わらべ歌遊び	10月5日(金)…0歳児 10月19日(金)	
	みんなおいでー!	10月17日(水)…秋祭り	午前10時30分から
	栄養相談	10月24日(水)	
	どろんこクラブ 助産師相談	10月30日(火) 10月26日(金)	午前10時30分～正午
もりんぴあこづ(公津の杜なかよしひろば) ☎27-7300	赤ちゃんサロン	10月2日(火) 10月20日(土)…パパ(午前のみ)	午前10時30分から、 午後2時30分から
	赤ちゃん講座	10月18日(木)…行動と安全	
	子育て講座	10月3日(水)…歯みがき 10月6日(土)…保育園入園	
	お楽しみ会&誕生会	10月26日(金)…みんなでダンス	午前10時30分から
	作ってあそぼう	10月25日(木)…紙コップのおげ	
	おそとひろば	10月4日(木)・11日(木)	午前10時から

献血にご協力ください

【国際医療福祉大学】

10月6日(土)・7日(日) 午前10時～11時45分、午後1時～4時

【イオンモール成田】

10月7日(日)・8日(月・祝)・14日(日)・20日(土)・21日(日)・28日(日) 午前10時～11時45分、午後1時～4時30分

※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千葉港事業所推進課☎043-241-8332)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)
- 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～翌午前6時・年中無休

成田市医療相談ホットライン

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。

☎0120-24-1130

急病診療所 ☎27-1116

赤坂1-3-1(保健福祉館敷地内)

受付日時	診療科目
毎日(休診日なし)	内科
午後7時～10時45分	小児科
日曜日、祝日、振替休日、8月13日～15日、12月29日～1月3日	内科 小児科
午前10時～午後4時45分	外科
祝日(日曜日を除く)、振替休日、8月13日～15日、12月29日～1月3日	歯科
午前10時～午後4時45分	

※症状や年齢によって対応が難しい場合がありますので、事前に連絡してください。

市認定ヘルパー養成研修

高齢者を支える担い手に

ヘルパーの資格がない人でも、介護保険の要支援者などに対する訪問介護のうち家事援助(調理・洗濯・買い物など)ができるようになります。

日時=11月13日(火)~15日(木) 午前10時~午後4時(15日は午後5時まで)

会場=男女共同参画センター

内容=市内の訪問介護事業所(基準緩和型)などで従事するための基礎知識を習得する

対象=市内在住で市認定ヘルパーとして就労意欲があり、全日参加できる人

定員と参加費=30人(先着順)・無料

※申し込みは介護保険課(☎20-1545)へ。

国際医療福祉大学市民公開講座

長生きするために

会場=国際医療福祉大学成田キャンパス
笑顔が世界を救う~健康長寿の秘訣

日時=10月20日(土) 午前10時~11時30分

講師=河村朗夫さん(同大学医学部医学科循環器内科学主任教授)

定員=200人(先着順)

健康と運動~今の自分の身体を知ろう

日時=10月22日(月) 午後1時~2時30分

講師=西田裕介さん(同大学成田保健医療学部理学療法学科長)

定員=100人(先着順)

※参加費は無料です。申し込みは同大学成田キャンパス総務課(☎20-7701)へ。

赤い羽根共同募金

皆さんの温かいご支援を

10月1日(月)から全国一斉に赤い羽根共同募金運動が始まります。

集められた寄付金は、民間福祉施設などの整備・活動費や災害支援、地域の福祉活動などに使われます。

区長、自治会長を通じて募金を行いますので、皆様のご協力をお願いします。

※くわしくは社会福祉協議会(☎27-7755)へ。

介護者教室

役立つ知識と技術を学ぼう

講義や実習を通して、介護に役立つ知識や介護のこつを学びませんか。

日時とテーマ

○11月2日(金) 午後1時30分~4時...理解しよう!加齢に伴う身体変化~病気の発見

○11月12日(月) 午後1時30分~3時40分...介護保険制度について、成年後見制度について

○11月14日(水) 午前10時~午後3時...疲れない身体介護のコツ~負担の少ない介護法、着替え・排せつ介助等

○11月26日(月) 午後1時30分~4時45分...介護食の実際、口腔ケアの方法と健口体操~食べることは生きる力

会場=市役所3階第2応接室(14日は保健福祉館)

対象=高齢者を介護している人、介護について学んでみたい人など

定員=各30人(14日は18人。先着順)

※参加費は無料です。申し込みは介護保険課(☎20-1545)へ。

30・40代のための健康教室

ヨガと食事で美しく

期日とテーマ(全4回)

○11月13日(火)...ボディメンテナンスヨガ

○11月27日(火)...おいしい簡単バランスクッキング

○12月4日(火)...腸に良い健康野菜クッキング

○12月14日(金)...お口のエクササイズ・乳がんセルフチェック

時間=午前9時30分~正午(13日は午前9時15分から)

会場=保健福祉館

対象=市内在住の30・40代の女性

定員=30人(全回参加できる人を優先に先着順)

参加費=500円(調理実習費など)

申込方法=10月31日(水)までに電話またはEメールで住所・氏名・生年月日・電話番号・託児利用の有無を健康増進課(☎27-1111 Eメールkenko@city.narita.chiba.jp)へ

※くわしくは同課へ。

笑医プロデューサー養成講座

笑顔で心を健康に

日時=11月15日(木) 午前9時~午後4時

会場=保健福祉館

内容=笑いとの心の健康の関係や物事を前向きに捉えるポイントなどを理解し、寸劇を交えて紹介する方法を学ぶ

対象=講座受講後、市内でグループでのボランティア活動に参加できる人

定員=30人(先着順)

参加費=100円(保険料など)

※申し込みは11月13日(火)までに健康増進課(☎27-1111)へ。

傾聴ボランティア養成講座

話を聴くスキルを磨く

日時=11月2日(金)・15日(木)(全2回) 午後1時30分~3時30分

会場=保健福祉館

内容=ロールプレイングなどを交えながら傾聴のスキルを深める

対象=傾聴ボランティアとして活動している人・社会福祉協議会が主催する傾聴の講座を受講したことがある人で、全回参加できる人

定員と参加費=30人(市内在住の人を優先に先着順)・無料

※申し込みは10月31日(水)までにボランティアセンター(☎27-8010)へ。

こんにちは赤ちゃん事業

助産師が訪問します

市では、生後4カ月までの赤ちゃんがいる家庭を助産師などが訪問し、子育ての不安や悩みに助言などを行っています。

赤ちゃんが生まれたら、母子健康手帳別冊に付いている「赤ちゃんお誕生連絡票」を直接または郵送で健康増進課(保健福祉館内 〒286-0017 赤坂1-3-1)へ提出してください。

※くわしくは同課(☎27-1111)へ。

「目の愛護デー」無料電話相談

悩みに医師が応じます

日時=10月8日(月・祝) 午前9時~午後4時

電話番号=043-242-4271

※くわしくは千葉県眼科医会事務局(☎0436-26-5567)へ。