

# 保健インフォメーション

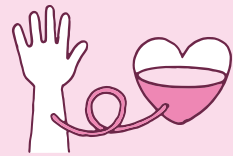
このコーナーの会場は保健福祉館です。問い合わせは健康増進課(☎27-1111)へ。電話やFAX(27-1114)で健康に関する相談なども受け付けています。相談は医師などの都合により日程を変更する場合があります。

▼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 4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 4日(水)	午後1時15分～3時30分	カウンセラー・保健師
	3月 5日(木)	午後1時15分～2時30分	精神科医師・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	3月18日(水)	午前9時～9時30分	令和元年11月生まれ
赤ちゃん相談・10カ月	3月13日(金)		令和元年5月生まれ
1歳6カ月児健診	3月 5日(水)	午後1時～1時30分	平成30年8月生まれ
2歳児歯科健診	3月12日(水)		平成29年8月生まれ
3歳児健診	3月19日(水)		平成28年9月生まれ
こころの発達相談(予約制)	3月11日(水)	午前9時～11時50分	心理発達に心配のある乳幼児

## 献血にご協力ください

### 【イオンモール成田】

3月8日(日)・15日(日)・22日(日)・29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。



## 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。

☎ 0120-24-1130

## 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)

## 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) 午後7時～10時45分	内科 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 午前10時～午後4時45分	内科 小児科 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 午前10時～午後4時45分	歯科

※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。

- 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(母子健康手帳別冊内)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	3月7日(土)…人形劇 3月21日(土)…足形をとろう	午前10時30分から
	誕生会	3月17日(水)…3月生まれ	
	おはなし会	3月14日(土)・28日(土)	午後2時～2時30分
	身体測定	3月19日(水)	午前10時～11時30分、 午後1時30分～3時
	1歳あつまれー!	3月11日(水)	午前10時45分から
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	身体測定	3月13日(金)	午前10時～11時30分、 午後1時30分～3時
	栄養講座・栄養相談	3月5日(水)	
	わらべ歌遊び	3月6日(金)…0歳児 3月20日(金・祝)	午前10時30分から
	みんなおいで!	3月18日(水)…お楽しみ会	
	誕生会	3月24日(水)…3月生まれ	
助産師相談	3月27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	3月2日(月)	午前10時30分～11時30分、 午後2時30分～3時30分
	赤ちゃん講座	3月19日(水)…生活リズム	
	子育て講座	3月14日(土)…救命講習	午前10時30分～11時30分
	お楽しみ会&誕生会	3月27日(金)	
	おそとひろば	3月5日(水)・12日(水)	午前10時～11時30分

## 健康ぼらていあ

### 一緒に活動しませんか

市内には、介護予防や健康づくりの方法を普及するため、市と協働で活動している「健康ぼらていあ」が9団体あります。

各団体では、一緒にボランティア活動をするメンバーを募集しています。

#### あおぞら会(5団体)

活動日=各地区ごとに月1回程度

会場=遠山・ニュータウン・公津・美郷台・大栄地区にある公民館や集会所など

内容=レクリエーションなどの活動を行い、地域の高齢者の閉じこもり予防のための集いを企画・実施する

#### 若がり隊

活動日=毎週火曜日

会場=保健福祉館、介護施設など

内容=脳梗塞などで軽い障がいのある人がメンバーとなり、市内の介護施設を訪問してハンドベル演奏などの地域奉仕活動を行う

#### 脳活ウォーキング倶楽部

活動日=第2水曜日、第4木曜日

会場=保健福祉館

内容=ボランティアが軽い物忘れや軽度の認知症状のある人をサポートしながら一緒に歩き、運動を通した認知機能の維持・向上支援に取り組む

#### 成田ノルディックウォーキングの会

活動日=月6回

会場=保健福祉館、外小代公園(玉造)、甚兵衛公園(北須賀)

内容=ノルディックウォーキングを通じた健康づくりの普及に取り組む

#### 成田市笑医健康の会

活動日=随時

会場=市内で受講者の指定する場所

内容=笑医プロデューサーとして、ほほ笑みの引き出し方やストレスの対処法などを寸劇で紹介する

※くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。あおぞら会については介護保険課(☎20-1545)へ。

## こころの健康相談

### 一人で悩まないで

眠れない、気分が落ち込むなど、いつもと違う状態が続いていませんか。一人で悩まず、気軽に相談しましょう。精神科医師・カウンセラーが個別に応じます。

会場=保健福祉館

対象=市内在住で、現在、専門の医療機関で治療中でない人またはその家族

相談料=無料

※日程などは保健インフォメーション(18ページ)で確認してください。申し込みは相談日の前日までに健康増進課(☎27-1111)へ。

## 社の保健室

### 健康な暮らしづくりを

日時=3月10日(火) 午後2時~4時

会場=もりんぴあこづづ

テーマ=こころのメンテナンス「マインドフルネス」を体験してみませんか~不安・イライラに負けない心をつくるトレーニング

※参加費は無料です。参加を希望する人は当日直接会場へ。くわしくは同館(☎27-5252)へ。

## 法律とこころの安心相談会

### 専門家が応じます

借金の督促、住宅強制退去、心の悩みなど、生活全般について弁護士と社会福祉専門職が相談に応じます。

日時=3月24日(火) 午後1時~5時15分

会場=保健福祉館

対象=市内在住の人

定員と相談料=5人(先着順)・無料

※申し込みは3月18日(水)までに暮らしサポート成田(☎20-3399)へ。

## 手話学習と懇談会

### 中途失聴者・難聴者と

日時=3月7日(土) 午後1時30分~4時

会場=佐倉市中央公民館

参加費=無料(初めての人はテキスト代1,200円)

※参加を希望する人は当日直接会場へ。くわしくは千葉県中途失聴者・難聴者協会印旛事務所(☎047-432-8039 FAX043-461-6533)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(市外を含む。ただし、企業主導型保育事業所を除く)に通う就学前の児童の保護者に対し、利用料の一部を年4回に分けて補助します。

対象=市に住民記録があり、保育所など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=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)、ホームページ([https://www.city.narita.chiba.jp/kosodate/page0135\\_00003.html](https://www.city.narita.chiba.jp/kosodate/page0135_00003.html))

申請方法=3月13日(金)~27日(金)(当日消印有効)に、申請書、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直接または郵送で保育課(〒286-8585 花崎町760)へ  
※くわしくは同課(☎20-1607)へ。

## 健康増進法の改正

### マナーからルールへ

受動喫煙をなくすため、学校や児童福祉施設、病院、行政機関の庁舎などの施設は原則敷地内禁煙となっています。

4月1日からは健康増進法の一部を改正する法律が全面施行となり、飲食店など多くの人が利用する施設も、原則屋内禁煙となります。

快適で健康なまちづくりのため、皆さんのご理解とご協力をお願いします。

※くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。

## 新型コロナウイルス感染症

新型コロナウイルス感染症には、手洗いの徹底や、せきをする際にマスクやハンカチで口と鼻を押さえるせきエチケットなどの感染予防が有効です。

特に高齢の人や基礎疾患のある人はできるだけ人混みを避けてください。

※くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。