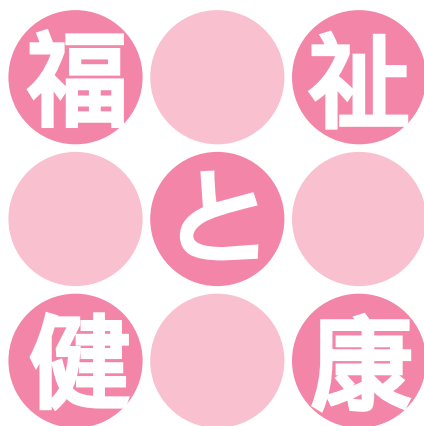




パパマクラス

お父さんも妊婦体験

初めての赤ちゃんが生まれる夫婦やその家族を対象に、赤ちゃんを迎える準備とお風呂実習を行っています(予約制)。

人形を使って、実際に赤ちゃんをお風呂に入れる練習を行います。ちょっとしたコツで、安心・安全に赤ちゃんをお風呂に入れることができます。赤ちゃんを迎えるこちらの準備もしてみませんか。また、希望する家族には、妊婦さんの気持ちができる妊娠シミュレーションを一緒に行っています。

妊婦さんお一人でも受けられますので、ぜひご参加ください。

開催日 = 4・6・8・10・12月の第2木曜日 午後1時～3時30分、および5・7・9・11・1・3月の第2土曜日 午前9時30分～正午

会場 = 保健福祉館

くわしくは健康増進課 ☎27-1111 へ。

母親学級

もうすぐお母さんになる人に

初めてお母さんになる人を対象に、母親学級を行っています(予約制)。

楽しく妊娠中を過ごせるよう、妊娠・出産について学んでみたい人、近所の友達を見つきたい人、参加してみませんか。お互いの悩みや楽しみを話しながら、安心して赤ちゃんを迎える準備をしましょう。

日時 = 毎月第1～第4火曜日(全4回) 午後1時30分～4時30分(第3回は午前10時から)

内容 = 市内の産婦人科医師・助産師によるお産の話、歯科医師による歯科検診、グループごとの調理実習など

会場 = 保健福祉館

くわしくは健康増進課 ☎27-1111 へ。

こころの健康相談

カウンセラーによる相談を始めます

こころの悩みや心配ごとのある人を対象に、こころの健康相談を行っています(予約制)。

日ごろの生活の中で、家族・対人関係の問題、近隣や職場での問題、ストレスのコントロール方法などこころの悩みを解決できないでいることはありませんか。ひとりで悩まず気軽に相談してください。今年度から、相談員にカウンセラーが加わりました。こころの悩み・心配ごとの解決法を自ら見つけましょう。

対象者 = 今までに専門の医療機関に受診したことのない人

日時 = 5月25日(水) 午後

相談員 = カウンセラー・保健師

会場 = 保健福祉館

相談は無料・予約制です。カウンセラーとは別に精神科医師による相談も行っています。今後の日程は「広報なりた」各号の保健インフォメーションでお知らせします。くわしくは健康増進課 ☎27-1111 へ。

遠山ミルキーキッズ

地区保健推進員が子育て支援

「遠山ミルキーキッズ」では、お母さんと子どもたちが集まり、遠山地区の保健推進員と一緒に遊んだり、お話ししたりして、ワイワイと楽しい時間を過ごしています。首がすわったところから就園前までの子どもが多く参加しています。

遠山地区近郊に住んでいるお母さん、子どもを連れて遊びに来てみませんか。

日時 = 毎月第2水曜日(8月・1月を除く) 午前9時30分～11時30分

会場 = 御料共同利用施設

くわしくは健康増進課 ☎27-1111 へ。

ひとり親家庭等招待事業

今年度から廃止になります

これまで、県の事業として母子・父子家庭などの人に県内のレジャー施設への招待券を配布していましたが、平成17年度から廃止されることになりました。

くわしくは児童家庭課 ☎20-1538 へ。

精神障がい者保健福祉

申請は障がい者福祉課へ

精神障害者保健福祉手帳と精神障害者通院医療費公費負担制度の申請は、障がい者福祉課 市役所議会棟1階で受け付けています。

精神障害者保健福祉手帳は、精神障がいのために長期にわたって日常生活または社会生活の制約がある人を対象に、本人の申請により交付される手帳です。税制上の優遇措置などが受けられます。

精神障害者通院医療費公費負担制度は、精神疾患のため継続して通院治療が必要な場合に申請するものです。承認されると精神疾患を治療する医療費の自己負担が5%になります。市では、この自己負担5%も手帳をもっている人に限り助成します。

また、手帳の申請に必要な診断書の料金の助成もしています。

くわしくは障がい者福祉課 ☎20-1539 へ。

17年度はり・きゅう・マッサージ券

55歳以上の人を対象

対象 = 市内に住む55歳以上で市税を完納している人(外国人登録をしている人を含む)

助成額 = 1回につき1,000円(24回を限度)

利用方法 = 市に登録しているはり・きゅう・マッサージ施術所に利用券を渡して施術料金との差額を支払う

利用券の交付申請 = 印鑑を持って高齢者福祉課 市役所議会棟1階へ

くわしくは同課 ☎20-1537 へ。

わが家の健康づくりカレンダー

「わが家の健康づくりカレンダー17年度版」を作成しました。予防接種や育児相談・健診、成人検診などを紹介しています。また、裏面は市内の医療機関の一覧表になっています。

4月1日の新聞に折り込みましたが、新聞を購読していない人や届かなかった場合は、保健福祉館や行政資料室(市役所1階)で配布していますのでご利用ください。

くわしくは健康増進課 ☎27-1111 へ。

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。

● 一般健康相談

相談名	期 日	時 間	内 容
健康相談	4月27日(水)	午後1時15分～1時45分	保健師・歯科衛生士・栄養士が相談に応じます
歯の健康相談	4月 6日(水)	午後1時30分～2時30分	歯科医師・歯科衛生士が相談に応じます
こころの健康相談(予約制)	4月13日(水)	午後1時30分～3時	精神科医師・保健師が相談に応じます
電話健康相談	月～金曜日(祝日を除く)	午前9時～午後5時	☎27-1111 FAX 27-1114

● 乳幼児健診・相談

健診・相談名	期 日	受 付 時 間	対 象
4カ月児育児相談	4月20日(水)	午前9時～9時30分、午後1時～1時30分	平成16年12月生まれ
10カ月児育児相談	4月18日(月)	午前9時～9時30分、午後1時～1時30分	平成16年6月生まれ
1歳6カ月児健診	4月 7日(木)	午前9時～9時30分、午後1時～1時30分	平成15年9月生まれ
2歳児歯科健診	4月14日(木)	午後1時～2時	平成14年9月生まれ
3歳児健診	4月28日(木)	午前9時～9時30分、午後1時～1時30分	平成13年10月生まれ
こころの発達相談(予約制)	今月はありません		心理発達に心配のある乳幼児
からだの発達相談(予約制)	今月はありません		身体・運動面など体の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

日時＝4月5日(火)・12日(火)・19日(火)・26日(火) 午後1時30分～4時30分
19日は午前10時から調理実習(個人負担300円)

● パパマクラス(予約制)...妊婦とその家族が対象

日時＝4月14日(木) 午後1時～3時30分
内容＝お風呂実習、父親の妊婦体験など

● ポリオの予防接種...生後3～90カ月未満の乳幼児が対象

期日＝4月4日(月)・15日(金) 受付時間＝午後1時15分～2時
問診票と母子健康手帳を持参。



献 血

【会場】市役所1階ロビー

【日時】4月18日(月)

午前10時～11時45分 午後1時～4時
満16歳から69歳の人にご協力いただけます。65歳以上の方は、60歳から64歳までに献血をした経験があることが必要です。

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	午後7時～午後11時
外科	日曜日・祝日	午前10時～午後5時
歯科	日曜日・祝日	午前10時～午後5時 午後7時～午後11時



来所前に、電話で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。
来診する前に、電話で問い合わせてください。

成田病院 押畑・☎22-1500)

藤倉クリニック(幸町・☎22-1158)

聖マリア記念病院(取香・☎32-0711)

ひらの内科(ウイング土屋・☎23-8070)

大田クリニック・イオン成田

(ウイング土屋・☎23-2100)

子ども館からのお知らせ

このコーナーの問い合わせは児童家庭課(☎20-1538)
または子ども館(☎20-6300)へ。

行 事 名	内 容	対 象	期 日	時 間	場 所
子育てひろば	子育てサポーターによる相談や親同士の交流	小学校低学年までの子どもと親	4月9日(土)・23日(土)	午前10時～正午	2階なかよしひろば
紙芝居の読み聞かせ	ボランティアによる紙芝居の上演	〃	4月13日(水)・27日(水)	午前11時～11時30分	〃
健康相談	身体測定、予防接種の説明	〃	4月15日(金)	午前10時30分～11時30分	〃
親子であそぼう会	手遊び、エプロンシアター	〃	4月20日(水)	午前10時30分～11時	〃

子育てひろばは次の会場でも開設しています。時間＝午前10時～正午

●中央公民館...4月2日(土)・16日(土) ●遠山公民館...4月2日(土)・9日(土)・16日(土)・23日(土)