

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。

相談の日程は、医師などの都合により変更となる場合があります。

▼一般健康相談	期日	時間	相談を受ける人
健康相談(医師は予約制)	1月16日(金)	午後1時15分～1時45分	医師・保健師・歯科衛生士・栄養士
	2月 3日(火)		
歯の健康相談	2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)	1月21日(水)	午後1時30分から	カウンセラー・保健師
	2月 4日(水)		精神科医師・保健師
▼乳幼児健診・相談	期日	受付時間	対象
4カ月児育児相談	1月26日(月)	午前9時～9時30分 午後1時～1時30分	平成20年9月生まれ
10カ月児育児相談	1月28日(水)		平成20年3月生まれ
1歳6カ月児健診	2月 5日(木)		平成19年7月生まれ
3歳児健診	1月29日(木)		平成17年7月生まれ
2歳児歯科健診	1月15日(木)	午後1時～1時30分	平成18年6月生まれ
からだの発達相談(予約制)	1月22日(木)	午後1時30分～2時30分	身体・運動面など体の発達に心配のある乳幼児
こころの発達相談(予約制)	今月はありません		

●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

※日時など詳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1)を健康増進課へ送付。

●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＝2月6日(金)・9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参。

献血にご協力ください

【保健福祉館】

日時＝1月22日(木) 午前9時45分～午後4時

【大栄支所】

日時＝1月26日(月) 午前10時～午後1時

※満16～69歳の人に協力いただけます。65歳以上の人は、60～64歳の間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

※来診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。電話のかけ間違いにご注意ください。



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(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
 (午後1時まで・ウイング土屋・☎23-2100)
 なのはなクリニック(午前中・吉岡・☎49-0533)

保育園開放日

保育園名	電話番号	期日	保育園名	電話番号	期日
*松崎	26-8282	1/16(金)・2/6(金)・20(金)	赤荻	24-0752	毎日 (土・日曜日、祝日を除く)
中台	27-9023	1/21(水)・2/4(水)・18(水)	*大栄	73-3000	
新山	28-2527	1/15(木)・2/5(木)・19(木)	*宗吾	26-2472	
長沼	37-0005	1/23(金)・2/13(金)・27(金)	*公津の杜	29-6551	
加良部	26-3010	1/20(火)・2/3(火)・17(火)	*月かげ	96-0531	一時保育のみ
玉造	26-8889	1/22(木)・2/12(木)・26(木)	*三里塚第一	35-0165	
*吾妻	27-5773	1/28(水)・2/25(水)	*三里塚第二	35-0081	
橋賀台	28-0676	1/27(火)・2/10(火)・24(火)	*成田	22-0856	
*高岡	96-0042	1/28(水)・2/25(水)	*つのぶえ	22-0867	
小御門	96-2362	2/5(木)・19(木)			

このコーナーの問い合わせは各保育園へ。赤荻・大栄・宗吾・公津の杜保育園以外は予約が必要です。

*は一時保育あり(要予約)

時間＝午前10時～11時(赤荻は午前9時～午後0時15分、大栄は午前9時30分～午後4時30分、宗吾は午前9時～午後4時、公津の杜は午前9時30分～午後3時、月かげは午前9時30分～11時)

女性のための健康相談

気になることがあるときに

保健所では、月経不順・婦人科疾患・更年期障害など女性特有の症状やストレスからくる心身の不調・心や体の悩みについての健康相談を行っています(予約制)。

印旛保健所成田支所

日時=2月17日(火) 午後1時15分~3時

相談員=産婦人科女医

印旛保健所(佐倉市)

相談日時と相談員

○奇数月第1火曜日 午後1時15分~3時・産婦人科女医

○毎月第3木曜日 午後1時15分~3時・心療内科医師(一部変更あり)

○偶数月第2金曜日 午後1時15分~3時・助産師

※相談は無料・予約制です。申し込みは印旛保健所地域保健福祉課(☎043-483-1443)へ。

ウォーキング教室-上級編-

中高年のための腰痛予防

歩き方に悪いくせがあると、体にゆがみをつくりだし、膝や腰に負担をかけるようになります。これらを防ぐためには正しい姿勢でのウォーキングが必要です。

今回は以前に入門編を受講して、歩き方の基本を身に付けた人のための、上級編になります。

日時=2月13日・20日の金曜日(全2回)

午前9時30分~11時30分

会場=市体育館アリーナ

講師=駒崎優さん(NPO法人ウォーキング研究所ヘルスケアトレーナー)

対象=平成16~20年度の間に中高年のための健康ウォーキング教室に参加したことがある人

定員と参加費=60人(先着順)・無料

※申し込みは2月9日(月)までに健康増進課(☎27-1111)へ。

福祉サービス苦情110番

弁護士や医師が応じます

福祉サービスを利用している人やその家族を対象に、サービスへの苦情や困ったことなどについて、千葉県運営適正化委員会の弁護士や医師などが相談に応じます。

日時=1月24日(土)・25日(日) 午前10時~正午、午後1時~4時

相談方法=電話・面接(面接は予約制)

電話番号=043-246-0294(電話相談・面接予約とも)

※運営適正化委員会では、平日の午前9時~午後5時に常時相談を受け付けています。くわしくは同委員会へ。

成人された皆さんへ

お酒とたばこはマナーを

成人された皆さん、おめでとうございます。これからいろいろな面での規制がなくなると同時に、より責任ある行動を取らなければなりません。「お酒とたばこ」もその一つです。

20歳までの喫煙・飲酒が禁じられているのには理由があります。心身ともに発達状態にある若者は、飲酒や喫煙による脳細胞やホルモンなどの影響を非常に強く受けやすいからです。



飲酒は、飲み方によって食生活のバランスを欠くようになり、肥満や肝臓病の原因となります。また、喫煙は肺がんを連想しがちですが、動脈硬化を引き起こす原因にもなります。

ともに悪い習慣を積み重ねると、生活習慣病にもなりかねません。その予防は、若いときからの生活にかかっているのです。自分の健康を考えるとともに、周囲の人に迷惑を掛けたくないよう、マナーを守っていきましょう。

※くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。

麻しん風しん混合予防接種

対象が追加されました

平成20年4月から5年間、中学1年生に相当する年齢と高校3年生に相当する年齢の人が、新たに麻しん風しん混合予防接種の対象に追加されました。

◎従来の対象者

○1期…生後12カ月~24カ月

○2期…小学校就学前年度

◎新たに加わった対象者

○3期…13歳となる日の属する年度の初日から当該年度の末日までの間にあ
る者(平成20年度は平成7年4月2日~
8年4月1日生まれ)

○4期…18歳となる日の属する年度の初
日から当該年度の末日までの間にあ
る者(平成20年度は平成2年4月2日~
3年4月1日生まれ)

対象者には問診票を送付していますので、接種は個別に医療機関で行ってください。

注意事項

○原則として保護者の同伴が必要です(4期対象者で既婚者は除く)

○保護者が同伴できない場合、事前に送付している問診票は使用できません。同伴できない場合の問診票を発行しますので、健康増進課へ連絡してください

○妊娠している可能性がある人は受けられません

※くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。

予防接種

最初はBCGから

市では、生後2カ月になるお子さんに予防接種の問診票つづりを送付しています。問診票つづりが届いたら、接種のスケジュールを立てましょう。

最初に生後6カ月未満までが接種対象であるBCGの接種をお勧めします。望ましい接種年齢は3カ月~6カ月未満となります。

予防接種はそれぞれ接種対象年齢が違いますので、同封の「予防接種と子どもの健康」および問診票つづりの注意事項をよく読んでから接種を受けてください。

※くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。