

# 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。

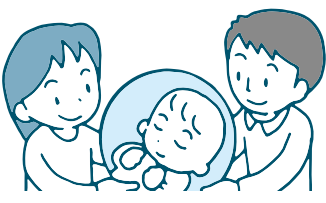
▼一般健康相談	期日	受付時間	相談を受ける人
こころの健康相談(予約制) (治療中の人は除く)	5月20日(水)	午後1時15分～2時30分	精神科医師・保健師
	6月8日(月)	午後1時15分～3時30分	カウンセラー・保健師
▼乳幼児健診・相談	期日	受付時間	対象
こころの発達相談(予約制)	6月10日(水)	午前9時～11時50分	心理発達に心配のある乳幼児

※新型コロナウイルス感染症拡大の状況を踏まえ「赤ちゃん相談4・10カ月」は中止となりました。また「1歳6カ月児・2歳児歯科・3歳児健診」は延期となったため、対象者には後日案内を送付します。くわしくは健康増進課へ。

新型コロナウイルス感染症拡大の状況を踏まえ「母親学級」「パパママクラス」は休止します。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(母子健康手帳別冊内)を健康増進課へ送付。




## 献血にご協力ください

**【JR成田駅参道口】**  
5月15日(金) 午前10時～11時45分、午後1時～4時

**【イオンモール成田】**  
5月16日(土)・23日(土)・24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

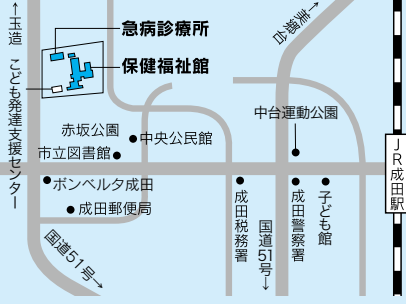
専門の医療スタッフが、24時間年中無休、無料で相談に応じます。

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)

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	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	歯科



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

## 日曜祝日診療機関

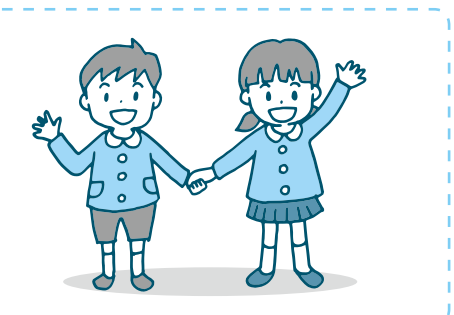
都合により休診する場合があります。来診前に電話で問い合わせてください。

成田病院(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)

## ★ 保育園開放日 ★

対象＝保育園・幼稚園に通っていない就学前の乳幼児(予約不要)

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、当面の間、保育園開放を休止します。



中止のお知らせ

豊住地区敬老会

6月6日(土)に開催を予定していた豊住地区敬老会は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止となりました。

対象者や関係者の皆様のご理解とご協力をお願いします。

※ほかの地区は広報なりた9月1日号でお知らせします。くわしくは社会福祉協議会(☎27-7755)へ。

妊婦・乳幼児の保護者へ

母子保健サービス

保健福祉館内にある子育て世代包括支援センターでは、母子保健サービスや予防接種についての説明、妊婦・乳児健康診査受診票の発行、幼児健診・予防接種問診票の発行を行っています。

市内に引っ越してきた妊婦または乳幼児の保護者は、母子健康手帳とマイナンバーカードを持って子育て世代包括支援センターに来てください。

※くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。

ポールを使って全身運動

ノルディックウォーキング

日時=第2水曜日・第4木曜日(8月を除く・雨天中止) 午後1時30分~3時

活動場所=保健福祉館とその周辺

持ち物=動きやすい服装、帽子、運動靴、飲み物、タオル

参加費=無料

※緊急事態宣言の期間中は活動を中止しています。くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。

利用している皆さんへ

介護保険のデイサービス

せきやくしゃみが多く出るなど、体調がすぐれないときは、デイサービスの担当者に相談の上、利用を控えるようにしてください。

また、送迎前の検温・マスクの着用にご協力をお願いします。

※くわしくは高齢者福祉課(☎20-1537)へ。

日程を延期します

幼児健診

市では集団での幼児健診を行っていますが、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため当面の間延期します。日程は決まり次第、対象者にお知らせします。

健診の種類と対象

①1歳6カ月児・3歳児健診…1歳6カ月児・3歳6カ月児

②2歳児歯科健診…2歳6カ月児

③5歳児健診…5歳児のうち、未就園児または子どものことで相談のある人(8・11・2月に実施予定・予約制)

※①②は本来の対象年齢を過ぎてても受診できます。くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。

免疫力を高めよう

介護予防・健康維持活動

感染症の予防には、普段からの健康管理が大切です。規則正しい生活と適度な運動で免疫力を高めましょう。

1人でもできる運動を

- 座っている時間を減らし、家事や農作業などで体を動かす
- ラジオ体操やスクワットなどの軽い運動をする
- 人混みを避けて、1人が限られた人数で散歩する

食生活・<sup>こくろ</sup>口腔ケアを大切に

- 1日3食を欠かさず、バランスよく食べて規則正しい生活を心掛ける
- 毎食後と寝る前に歯磨きをする
- しっかりかんで食べる、歌の練習をする、口腔体操を行うなど、口周りの筋肉を使うようにする

※くわしくは介護保険課(☎20-1545)へ。

専門医による健康講座

まちの保健室in三里塚CC

日時=6月26日(金) 午後2時30分~3時30分

会場=三里塚コミュニティセンター

テーマ=床ずれのいろは教えます! スキンケアから床ずれ予防

定員=20人(先着順)

※参加費は無料です。申し込みは同センター(☎40-4880、月曜日、5月15日(金)~31日(日)は休館)へ。

一時的に預かります

子どもショートステイ

2~17歳の子どもを養育している保護者が、病気などの理由で一時的に養育が困難となった場合に、児童福祉施設で一定期間(連続7日以内)預かります。

利用料金=課税状況により異なる

※くわしくは子育て支援課(☎20-1538)へ。

一部の日程が中止に

成人健(検)診・女性の検診

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、6・7月は大腸がん検診以外の集団健(検)診を中止します。5月中は集団検診の予約を行いませんのでご注意ください。

また、緊急事態宣言の期間中は、医療機関で行う個別健(検)診と、大腸がん検診以外の集団健(検)診を中止します。日程に変更がある場合は、広報なりたや市ホームページ(<https://www.city.narita.chiba.jp>)などでお知らせします。

※受診方法などについては広報なりた5月1日号で確認してください。くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。

いま一度考えよう

歯と口の健康週間

6月4日(木)~10日(水)は、歯と口の健康週間です。

口の中を清潔に保ち、自分の歯で食事をすることは、免疫機能を維持・向上させ、感染症の予防にも効果的です。

歯肉が腫れている、歯肉から血が出る、かみづらくなるなど、気になることがあったら歯科医院に相談してください。

また、かかりつけ歯科医をもち、定期的に検診を受けるよう心掛けましょう。くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。

