

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	8月 2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) (治療中の人を除く)	7月24日(月)	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	7月25日(火)	午前9時～午後2時	令和5年3月生まれ
赤ちゃん相談・10カ月	7月26日(水)	午後2時	令和4年9月生まれ
1歳6カ月児健診	8月 3日(木)	午前9時～午後2時30分	令和4年1月生まれ
2歳児歯科健診	8月10日(木)	午前9時～午後2時30分	令和3年1月生まれ
3歳児健診	7月27日(水)	午前9時～11時	令和2年1月生まれ
こころの発達相談	8月 2日(水)	午前9時10分～午後2時	心理発達に心配のある乳幼児 生後4～18カ月の乳幼児の保護者
離乳食相談	7月20日(水)	午前9時10分～午後2時	生後4～18カ月の乳幼児の保護者

※1歳6カ月児・3歳児健診を除く健診・相談は予約制です。申し込みは健康増進課へ。

- **母親学級(予約制)**
内容＝妊娠・出産に関する話や個別相談など
対象＝初めて妊娠した人
- **パパマクラス(予約制)**
内容＝赤ちゃん人形を使った育児体験と沐浴講座
対象＝初めて赤ちゃんが生まれる夫婦やその家族
- **パパマクッキング(予約制)**
内容＝調理実習など

対象＝初めて赤ちゃんが生まれる妊娠16～27週頃の夫婦
※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**
内容＝助産師や保健師などによる家庭訪問
対象＝生後4カ月までの乳児
※赤ちゃんお誕生連絡票(母子健康手帳別冊内)を健康増進課へ提出してください。



献血にご協力ください

【イオンモール成田】
7月15日(土)～17日(月・祝)・22日(土)・29日(土)・30日(日) 午前10時～11時30分、午後1時～4時30分

【成田市役所】
7月24日(月) 午前10時～11時45分、午後1時～4時

※国内で承認されている新型コロナウイルスワクチンを接種した人は、接種後48時間以上経過している場合に献血ができます。また、日程は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 いサービス
☎ 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(第2・4日曜日の午前中・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	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があります。電話は受付時間の15分前から受け付けていますので、事前に連絡してください。

保育施設開放日

長沼・大栄・宗吾・公津の杜保育園以外
は予約が必要です。

時間＝午前10時～11時(長沼は午前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・公津の杜は午前9時～正午・午後1時～3時、はくと幼稚園は午前9時30分～11時30分・午後1時～3時)
対象＝保育園・幼稚園に通っていない就学前の乳幼児

施設名	電話番号	期日	施設名	電話番号	期日
松崎保育園	26-8282	7/21(金)、8/4(金)	玉造保育園	26-8889	7/27(木)、8/10(木)
赤荻保育園	24-0752	7/28(金)	高岡保育園	96-0042	7/26(水)、8/9(水)
赤坂保育園	20-6900	7/27(木)、8/10(木)	小御門保育園	96-2362	7/20(木)、8/3(木)
橋賀台保育園	28-0676	7/25(火)、8/8(火)	長沼保育園	37-0005	毎日
中台保育園	27-9023	7/19(水)、8/2(水)	大栄保育園	73-3000	(土・日曜日、祝日を除く)
新山保育園	28-2527	7/20(木)、8/3(木)	宗吾保育園	26-2472	
吾妻保育園	27-5773	7/26(水)、8/9(水)	公津の杜保育園	29-6551	
中台第二保育園	29-6676	7/18(火)、8/1(火)	はくと幼稚園	26-2331	

福 と 社 健 と 康

Health and Welfare

自宅の近くまで巡回します

買い物支援事業

生鮮品や日用品などを載せた軽トラックによる移動販売を行っています。

具体的な巡回場所や時間などは成田市社会福祉協議会ホームページ(http://www.naritashakyo.or.jp/jigyou_09.html)または次の連絡先で確認できます。

- 市内全域…成田市社会福祉協議会(☎27-7755)
 - 成田・中郷地区…西部南地域包括支援センター(☎23-7151)
 - 公津地区(はなのき台を除く)…西部西地域包括支援センター(☎36-4981)
 - 豊住・八生・ニュータウン地区、はなのき台…西部北地域包括支援センター(☎29-5005)
 - 遠山地区…南部地域包括支援センター(☎35-6081)
 - 久住・下総・大栄地区…東部地域包括支援センター(☎80-7007)
- ※くわしくは成田市社会福祉協議会へ。

刺されないように対策を

蚊やダニが媒介する感染症

近年、ジカ熱・デング熱・ダニ媒介脳炎などの、蚊やダニが媒介する感染症が発生しています。これからの季節は活動が盛んになるので、刺されないよう対策しましょう。

屋外で活動する時は

- 長袖シャツ、長ズボンなどを着用し、肌を露出しない
- 虫よけ剤を使用する

蚊の発生を抑えるには

- 植木鉢、プランターの受け皿、プラスチック容器などを片付ける

ダニにかまれた時は

- 無理に引き抜こうとせず、皮膚科などの医療機関で処置をしてもらう
 - 数週間程度は体調の変化に注意し、発熱などの症状が見られた場合は医療機関を受診する
- ※くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。

痩せやすい体づくりを応援

基礎代謝アップヨガ教室

BMI(体格指数)は体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で算出される数値で、22前後が病気になりにくいとされています。

基礎代謝を上げることで痩せやすくなり健康に近づくことができます。

ヨガを行って基礎代謝アップに取り組んでみませんか。

日時=8月31日(木)、10月11日(水) 午後2時30分~3時45分

会場=保健福祉館

講師=ひるかわえみこさん(ヨガインストラクター)

対象=市内在住・在勤・在学の40~64歳で、BMIが24以上の人

定員と参加費=各12人(先着順)・無料

持ち物=ヨガマットまたはバスタオル、動きやすい服装、飲み物

※申し込みは各開催日の6日前までに健康増進課(☎27-1111)へ。

定期的に受けましょう

成人歯科検診

むし歯や歯周病の早期発見・早期治療のために、定期的に歯科検診を受けましょう。

なお、検診当日に治療や処置は行いません。必要な治療や処置が生じた場合は、別途料金がかかることがあります。

実施期間=12月31日(日)まで

実施場所=市内歯科医療機関(広報なりた5月1日号、わが家の健康づくりカレンダー、市ホームページ(https://www.city.narita.chiba.jp/kenko_fukushi/page270700.html)で確認してください)

内容=問診、口腔内診査、保健指導

対象=市に住居登録があり、令和6年3月31日時点で19歳以上の人

自己負担額=500円(70歳以上の人と生活保護受給者は無料)

持ち物=成人健(検)診受診券、健康保険証などの本人確認ができる物

受診方法=希望する歯科医療機関に直接予約する

※生活保護受給者は事前に健康増進課(☎27-1111)へ連絡してください。

くわしくは同課へ。

国際医療福祉大学成田病院が開催

市民公開講座

リハビリテーションは、物忘れなどの老化を予防できます。老化の予防と健康長寿の秘訣を専門医などが解説します。

日時=7月28日(金) 午後3時~4時

会場=国際医療福祉大学成田病院

テーマ=①老化予防におけるリハビリテーションの重要性②健康に歩き続けるための運動療法③いきいきと過ごすための認知症予防④楽しく食べ続けるための誤嚥性肺炎予防

講師=①角田巨さん(同病院リハビリテーション科部長)②望月拓郎さん(同病院理学療法士)③平井大策さん(同病院作業療法士)④大森智裕さん(同病院言語聴覚士)

定員と参加費=100人(先着順)・無料

※申し込みは同病院(☎35-5600)へ。

色素沈着など皮膚の悩みの手助けに

アピアランスケア講演会

アピアランスケアとは、治療によって外見が変化した、がん患者の精神的な負担を軽減することです。

日時=8月18日(金) 午後1時30分~3時

会場=保健福祉館

内容=がん治療による外見の変化に関する講話、カバーメイクの体験、カウンセリング

講師=片桐ゆき江さん(日本医科大学千葉北総病院がん相談支援センターがん専門相談員)

対象=市内在住・在勤・在学の人

定員と参加費=40人(先着順)・無料

※乳幼児(1歳以上)の託児を4人(先着順)まで受け付けます。申し込みは8月4日(金)までに健康増進課(☎27-1111)へ。

CDやテープで聞ける

声の広報

視覚障がいのある人を対象に、音訳グループ・さくら草の皆さんが広報なりたや市議会だよりを音訳し、CDやテープに収録した「声の広報」を無料で郵送しています。

※申し込みは障がい者福祉課(☎20-1539)へ。