

# 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
健康相談	10月31日(木)	午後1時～1時15分	医師・保健師・栄養士
歯の健康相談*	10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(治療中の人を除く)	10月 4日(金)	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
赤ちゃん相談・4カ月	10月29日(火)	午前9時～午後2時	令和6年6月生まれ
赤ちゃん相談・10カ月	10月30日(水)	午後2時～午後9時	令和5年12月生まれ
1歳6カ月児健診*	10月 3日(木)	午前9時～午後2時30分	令和5年3月生まれ
2歳児歯科健診	10月10日(木)	午後2時30分～午後9時	令和4年3月生まれ
3歳児健診*	10月24日(木)	午後2時30分～午後9時	令和3年4月生まれ
こころの発達相談	10月 8日(火)	午前9時～11時	心理発達に心配のある乳幼児
離乳食相談	10月23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

\*以外は予約制です。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

## ●パパママクッキング(予約制)

内容=調理実習など

対象=妊娠16～27週頃の夫婦

※日時などくわしくは健康増進課へ。



## みんなおいでよ! なかよしひろば

市では、午前9時～正午、午後1時30分～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)。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	誕生日手形・身体測定	毎日	午前9時～正午、午後1時30分～4時30分
	赤ちゃんあつまれ!	10月1日(火)	午後1時50分～2時30分
	1歳あつまれ!	10月10日(水)	午後1時50分～2時30分
	読み聞かせ	10月19日(火)	午前11時～11時30分
	栄養相談	10月22日(金)	午前10時30分～11時30分
	人形劇	10月26日(火)	午前10時30分～11時
	ハロウィン	10月28日(月)～30日(水)	午前10時～11時30分
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	誕生月の手形取り・フォトスタジオ・身体測定	毎日	午前9時～正午、午後1時30分～4時30分
	赤ちゃんタイム	10月8日(火)…生後6カ月程度まで 10月11日(金)…生後7～11カ月程度	午後1時30分～2時50分
	1歳タイム	10月16日(水)	午後1時30分～2時50分
	キッズタイム	10月23日(火)…1歳6カ月程度から	午前10時45分～正午
	栄養相談 公園で遊ぼう	10月24日(水) 10月29日(火)	午前10時～11時
もりんぴあこづ(公津の杜なかよしひろば) ☎27-7300	Babyタイム	10月8日(火)・18日(金)・29日(火)	午後1時30分～3時
	おそとひろば	10月11日(金)・17日(木)・31日(木)	午前10時～11時30分
	遊ぼうパパ!	10月19日(火)	午後1時30分～3時
	子育て講座「イヤイヤ期」	10月21日(木)	午前10時～11時30分
	お誕生会	10月25日(金)	午前10時～11時

## 献血にご協力ください

### 【イオンモール成田】

10月6日(日)・19日(土) 午前10時～11時30分、午後1時～4時30分

### 【国際医療福祉大学成田キャンパス】

10月12日(土)・13日(日) 午前10時～正午、午後1時30分～4時

### 【成田郵便局】

10月28日(月) 午後2時30分～4時30分  
※イオンモール成田での受け付けは400ミリリットル献血のみです。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(☎043-24-1-8332)へ。

## 子ども急病電話相談

☎#8000

午後7時～翌午前8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(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)

成田国際空港クリニック(日曜日の午前中と祝日・空港内・☎050-3196-5701)

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

※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。

# 福祉と健康

Health and Welfare

## 税の申告用に交付

### 障害者控除対象者認定書

65歳以上で、要介護の認定を受けている人や、おおむね6カ月以上、重度の寝たきり状態の人は、市・県民税や所得税の障害者控除の対象となる場合があります。

市では、要件を満たす人に障害者控除対象者認定書を交付します。交付を希望する人は、高齢者福祉課(市役所議会議棟1階)または下総・大栄支所で手続きしてください。申請書は市ホームページからもダウンロードできます。



市ホームページ

※くわしくは高齢者福祉課(☎20-1537)へ。

## 10月1日から始まります

### 赤い羽根共同募金

寄せられた寄付金は、成田おたすけ隊や生活困窮者支援などの地域の福祉事業のほか、災害支援に使われます。

区長・自治会長を通じて募金を行いますので、皆様のご協力をお願いします。※くわしくは成田市社会福祉協議会(☎27-7755)へ。

## 更新手続きを忘れずに

### 指定難病等見舞金

市では、指定難病で治療を受けている人などに、見舞金を支給しています。

指定難病等見舞金を受給中で、特定医療費(指定難病)受給者証、小児慢性特定疾病医療受給者証、先天性血液凝固因子障害等受給者証の更新をした人は、更新後の受給者証の写しの提出が必要です。

提出がない場合は見舞金が支給されません。

提出方法=障がい者福祉課(市役所議会議棟1階)、下総・大栄支所へ。専用フォームからも提出できます



専用フォーム

※くわしくは同課(☎20-1539)へ。

## 健康・生きがいづくりに

### シニア教養講座

#### 教室名と日時

- ①ZUMBA GOLD教室…11～2月の第1・3火曜日(全7回) 午前10時～11時15分
- ②ストレッチ&トレーニング教室…11～2月の原則第1・3金曜日(全7回) 午前10時～11時15分
- ③代謝アップヨガ教室…11～2月の第1・3火曜日(全7回) 午後1時30分～2時45分
- ④ピラティス教室…11～3月の第2・4月曜日(全7回) 午後1時30分～2時30分

会場=赤坂ふれあいセンター

対象=市内在住の60歳以上の人

定員=①18人②25人③28人④30人(応募者多数は初めての人を優先に抽選)

申込方法=10月15日(火)(必着)までに往復はがきで住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号・教室名を赤坂ふれあいセンター(〒286-0017 赤坂2-1-14 そよら成田ニュータウンアネックス館B棟2階)へ

※参加費は無料です。往復はがき1枚につき1人1講座まで申し込みます。返信用の宛名も記載してください。くわしくは同センター(☎26-0236)へ。

## 楽しく健康づくり

### ノルディックウォーキング

ノルディックウォーキングは、足腰への負担が少ない全身の運動で、脳の活性化にも効果的です。初めての人や軽い認知症の人でも気軽に始められるので参加してみませんか。また、参加者をサポートするボランティアも募集しています。

日時=第2水曜日・第4木曜日 午後1時30分～3時(8月を除く。初めて参加する人は午後1時15分集合。ボランティアは午後1時～3時30分。雨天中止)

集合場所=保健福祉館

対象と参加費=市内在住の人・無料

持ち物=動きやすい服装、帽子、タオル、飲み物、ポール(貸し出しあり)

※参加を希望する人は当日直接集合場所へ。軽い認知症の人は初回のみ事前に健康増進課(☎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

骨折リスクが高まる骨粗しょう症について、医師・看護師・理学療法士・薬剤師・放射線技師・管理栄養士などがお話しします。

日時=10月26日(土) 午後1時30分～3時30分

会場=国際医療福祉大学成田病院

テーマ=真剣に考えたい骨のこと～多職種で取り組む骨粗しょう症

講師=中山政憲さん(同病院整形外科医師)ほか

定員と参加費=100人(先着順)・無料

※申し込みは同病院(☎35-5600)へ。

## 専門医が応じます

### もの忘れ相談

日時=①11月11日(月) 午後2時から②12月4日(水) 午後1時30分から

会場=①市役所3階第二応接室②市役所3階303会議室

内容=専門医による個別相談など

対象=物忘れが気になる人、認知症の不安がある人やその家族など

定員=各3人(先着順)

参加費=無料

※申し込みは各開催日の1週間前までに介護保険課(☎20-1545)へ。

## 定期的に受けましょう

### 乳がん検診

早期発見・早期治療のために、検診を受けましょう。

#### 対象と費用

○マンモグラフィー検査…40歳以上で令和5年度に同検査を受けていない人・無料

○超音波検査…30歳以上の人・1,000円

#### 個別検診

会場=公津の杜メディカルクリニック(マンモグラフィー検査のみ)

※集団検診は予約が必要です。検診の日程などは市ホームページで確認してください。くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。



市ホームページ