

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	1月30日(木)	午後1時～1時15分	医師・保健師・栄養士
こころの健康相談 (治療中の人を除く)	1月15日(水)	午後1時～3時	カウンセラー・保健師
	1月20日(月)	午後0時45分～2時	精神科医師・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	1月24日(金)	午前9時～午後2時	令和6年9月生まれ
赤ちゃん相談・10カ月	1月27日(月)		令和6年3月生まれ
1歳6カ月児健診*	1月 9日(木)	午前9時～午後2時30分	令和5年6月生まれ
2歳児歯科健診	1月16日(木)		令和4年6月生まれ
3歳児健診*	1月23日(木)		令和3年7月生まれ
こころの発達相談	1月14日(火)	午後1時～3時	心理発達に心配のある乳幼児
離乳食相談	1月21日(火)	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～4時30分に子ども館・三里塚コミュニティセンター・もりんぴあこう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～4時30分
	お正月あそび	1月4日(土)～31日(金)	
	赤ちゃんあつまれ!	1月16日(木)	午後1時20分～2時
	読み聞かせ	1月18日(土)	午前11時～11時30分
	1歳あつまれ!	1月22日(火)	午前10時50分～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～4時30分
	1歳タイム	1月8日(木)	午前10時45分～正午
	赤ちゃんタイム	1月10日(金)…生後6カ月程度まで 1月16日(木)…生後7～11カ月程度	午後1時30分～2時50分
	キッズタイム	1月22日(火)…1歳6カ月程度から	午前10時45分～正午
	公園で遊ぼう	1月28日(火)	午前10時～11時
もりんぴあこうづ(公津の杜なかよしひろば) ☎27-7300	Babyタイム	1月9日(木)・17日(金)・29日(火)	午後1時30分～3時
	おそとひろば	1月10日(金)・16日(木)	午前10時～11時30分
	遊ぼうパパ!	1月18日(土)	午後1時30分～3時
	お誕生会	1月24日(金)	午前10時～11時
	子育て講座「子育て&仕事について考えよう」	1月25日(土)	午前10時30分～11時30分
	おいで!1歳	1月29日(火)	

献血にご協力ください

【成田市第2駐車場(薬師堂前)】

1月2日(木)～5日(日) 午前10時～正午、午後1時30分～4時

【イオンモール成田】

1月6日(月)・13日(月・祝)・26日(日) 午前10時～11時30分、午後1時～4時30分

【保健福祉館】

1月15日(水) 午前9時30分～午後4時15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(☎043-241-8332)へ。

こども急病電話相談

☎#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)

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(日曜日と祝日の午前中・吉岡・☎49-0533)

成田国際空港クリニック(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
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	外科
午前10時～午後4時45分	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。

福祉と健康

Health and Welfare

専門家から学ぶ

成田赤十字病院公開健康講座

日時＝1月18日(土) 午後2時～3時30分

会場＝赤坂ふれあいセンター

テーマ＝睡眠～よく眠れるためのコツについて

講師＝齋賀孝久さん(成田赤十字病院第一精神神経科部長)

定員＝80人(先着順)

参加費＝無料

申込方法＝同病院社会課

(☎22-2311 内線750

8)へ。同病院ホームページ

からも申し込みます

※くわしくは同病院社会課へ。



成田赤十字病院
ホームページ

更新手続きを忘れずに

指定難病等見舞金

市では、指定難病や小児慢性特定疾病などで治療を受けている人に、見舞金を支給しています。指定難病等見舞金を支給中の人は、受給者証の更新ごとに手続きが必要です。保健所から交付された新しい受給者証を持って、障がい者福祉課

(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。専用フォームからも手続きできます。

支給額(月額)＝5,000円

支給月＝4・10月

※くわしくは障がい者福祉課(☎20-1539)へ。



専用フォーム

「終活」に関する講演も

社会福祉大会

日時＝1月25日(土) 午後1時～4時

会場＝保健福祉館

内容＝福祉に関する作文コンクール最優秀作品の発表、「ひとり一人の老後と最期の準備」をテーマにした中澤まゆみさん(ノンフィクションライター)による講演など

※参加費は無料です。参加を希望する人は当日直接会場へ。くわしくは成田市社会福祉協議会(☎27-7755)へ。

国際医療福祉大学成田病院が開催

糖尿病教室

生活習慣を見直すきっかけづくりとして、糖尿病ではない人や健康に関心のある人も参加できます。

日時＝1月25日(土) 午後1時～3時

会場＝国際医療福祉大学成田病院

内容＝糖尿病の予防や治療、食事、運動などについて医師・看護師・薬剤師・管理栄養士・リハビリテーションスタッフなどが解説する

講師＝竹本稔さん(同病院糖尿病・代謝・内分泌内科部長)ほか

定員＝50人(先着順)

参加費＝無料

※申し込みは同病院(☎35-5600)へ。

オンラインで配信

精神障がい者ピアサポーター養成講座

配信期間＝2月17日(月)～5月31日(土)

テーマと講師

○ピア・サポートの変遷～依存の理解や対応…鈴木剛さん(県主任上席精神保健福祉相談員)

○ピア・サポートに役立つ基礎～ダイアログ編…石川真紀さん(県こころセンター次長)

○ピア・サポーターの雇用～事業経営・共創・協働…中田健士さん(精神保健福祉士)

○法制化とピア・サポーター～制度化のこれまでとこれから…岩崎香さん(早稲田大学人間科学学術院教授)

○ピア・サポートの原点と経験者の力～精神疾患やがんサバイバーの今…坂田昭一郎さん(成田ぴあぴあ倶楽部代表)

対象＝精神障がいのある人やその家族、関係機関の職員、ピアサポート活動に関心がある人

定員と参加費＝200人(先着順)・無料

申込方法＝1月6日(月)～2月10日(月)にE

メールで住所・氏名・

電話番号を成田市社会

福祉協議会(Eメールo

ffice@naritashakyo.

or.jp)へ。専用フォーム

からも申し込みます

※くわしくは成田市社会福祉協議会(☎27-7755)へ。



専用フォーム

健康を考えた生活習慣を

はたちの皆さんへ

未来の目標に向かって進んでいくために、健康は何よりも大切です。大人として、自身の健康管理も含めた責任ある行動が求められます。

たばこの影響と配慮について

喫煙をすると、がんや心筋梗塞、脳卒中の原因となり、女性は不妊や流産、早産などのリスクが高まります。

また、喫煙開始年齢が早いほど、その健康被害は大きく、ニコチン依存度も強くなるとされています。

喫煙は自分だけでなく、受動喫煙によって周りの人にも健康被害を及ぼします。

飲酒は節度を守って

過度の飲酒は食生活が偏り、肥満や肝臓病の原因になるほか、急性アルコール中毒やアルコール依存症になる危険性があり、注意が必要です。

社会の一員として将来の自分や周囲の人の健康を考えた行動を心掛けましょう。

※くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。

税の申告用に発行

おむつ使用確認書

介護などで使用したおむつ代を医療費控除の対象とする場合は、医療費控除の明細書と医師が発行するおむつ使用証明書の提出が必要です。

介護保険の要介護認定を受けていて、次の要件に当てはまる場合、おむつ使用証明書の代わりに市が発行するおむつ使用確認書を使用して控除を受けられます。

初めて申告する場合は要件が異なりますので、介護保険課(☎20-1545)へ確認してください。

要件＝市が保有する要介護認定に関する資料(主治医意見書)から、寝たきり状態にあり、尿失禁への対応としてカテーテルを使用しているまたは尿失禁が発生する可能性があることを確認できる

※くわしくは、おむつ使用確認書の交付については介護保険課、医療費控除については市民税課(☎20-1513)へ。