

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 (治療中の人を除く)	3月14日(金) 3月17日(月)	午後1時15分～2時30分 午後1時15分～3時	精神科医師・保健師 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	3月11日(火)	午前9時～ 午後2時	令和6年11月生まれ
赤ちゃん相談・10カ月	3月12日(水)		令和6年5月生まれ
1歳6カ月児健診*	3月 6日(木)		令和5年8月生まれ
2歳児歯科健診	3月13日(金)	午前9時～ 午後2時30分	令和4年8月生まれ
3歳児健診*	3月19日(木)		令和3年9月生まれ
こころの発達相談	3月11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	3月18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
	赤ちゃんあつまれ!	3月4日(火)	午後1時20分～2時
	おさんぽにいこう	3月12日(水)	午前10時～11時
	ようこそ新1年生	3月16日(日)	午前10時～11時30分
	手形アート	3月18日(火)	午前9時～正午、 午後1時～4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	読み聞かせ	3月22日(土)	午前11時～11時30分
	誕生月の手形取り・ フォスタジオ・ 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	3月5日(水)	午前10時45分～正午
	赤ちゃんタイム	3月7日(金)…生後6カ月 程度まで 3月11日(火)…生後7～ 11カ月程度	午後1時30分～2時50分
	お楽しみ会	3月13日(木)	午前9時30分～10時20分、 午前10時50分～11時40分
もりんぴあこうづ(公津の杜なかよしひろば) ☎27-7300	公園で遊ぼう	3月18日(火)	午前10時～11時
	キッズタイム	3月19日(水)…1歳6カ 月程度から	午前10時45分～正午
	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
	お楽しみデー「ひなまつり」	3月3日(月)	午前10時30分～11時、 午後4時～4時30分
	おいで!1歳	3月5日(水)	午前10時30分～11時30分
	Babyタイム	3月6日(木)・11日(火)・ 17日(月)	午後1時30分～3時
	おそとひろば	3月14日(金)・27日(木)	午前10時～11時30分
	赤ちゃん講座「歯のはなし」	3月18日(火)	午後1時30分～3時
	お誕生会	3月21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】

3月9日(日)・20日(木・祝)・22日(土)・23日(日)・30日(日) 午前10時～11時30分、午後1時～4時30分

【成田郵便局】

3月17日(月) 午後2時～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(☎043-241-8332)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) 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 午前10時～午後4時45分	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 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

つらい時は相談してください

自殺対策強化月間

卒業や転勤などの環境の変化により自殺者数が最も多くなる3月は、自殺対策強化月間と定められています。

一人で悩みや不安を抱え込まないで、相談してください。

いのち支えるSNS@ちば

LINEを使って悩みなどを相談できます。

日時＝毎週水・土・日曜日 午後2時～9時30分(3月は月曜日も)

利用方法＝LINEのホーム画面から「友だち追加」を選び、右のQRコードを読み取って「いのち支えるSNS@ちば」を友だち登録して、メッセージを送る



いのち支えるSNS@ちば

SNS相談@ちば

LINEを使って、小学4年生～高校生が悩みなどを相談できます。

日時＝毎週火・木・日曜日 午後6時～10時

利用方法＝LINEのホーム画面から「友だち追加」を選び、右のQRコードを読み取って「SNS相談@ちば」を友だち登録して、メッセージを送る



SNS相談@ちば

千葉いのちの電話

心に悩みや苦しみを抱えている人が電話で相談できます。

日時＝24時間年中無休

電話番号＝043-227-3900、☎0120-783-556(毎月10日のみ)

こころの耳

心に不安や悩みを抱えながら働いている人に向けて相談窓口や医療機関などを案内するウェブサイトです。そのほかにもセルフチェックなども行えます。

※くわしくは健康増進課(☎27-1111)へ。



こころの耳

成田赤十字病院が開催

ボランティア会体験研修会

日時＝3月24日(月) 午前9時30分～11時30分

会場＝成田赤十字病院

内容＝ボランティア会の活動体験、心肺蘇生法やAEDを使った救命処置体験など

対象＝18歳以上の人(学生を除く)

定員と参加費＝30人(先着順)・無料

※申し込みは成田赤十字病院社会課(☎22-2311 内線7508)へ。

認知症を正しく知ろう

オアシスの会講演会

日時＝4月10日(休) 午後1時30分～3時30分

会場＝保健福祉館

テーマ＝認知症をもっと身近に。病気とお薬のお話

講師＝北山仁久さん(千葉市認知症疾患医療センター医師)

定員と参加費＝70人(先着順)・無料

※参加を希望する人は当日直接会場へ。くわしくは成田市認知症家族の会(オアシスの会)事務局・荒井さん(☎080-5061-4923)へ。

オンラインでも参加できます

成田街かど心の集い講演会

日時＝3月8日(土) 午後1時30分～3時30分

会場＝保健福祉館

テーマ＝生きづらさのある若者への理解と支援、対処方法について～ご本人、ご家族、支援者、誰もがほっと安心できるように

講師＝石田恵美さん(印旛保健所主任上席精神保健福祉相談員)

定員と参加費＝30人(オンラインは90人。先着順)・無料

申込方法＝3月7日(金)午後4時までに電話またはFAXで住所・氏名・電話番号・FAX番号・参加方式(会場またはオンライン)を成田地域生活支援センター(☎35-7771 FAX40-4182)へ。専用フォームからも申し込みます

※くわしくは同センターへ。



専用フォーム

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＝3月22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分かりやすく解説する
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。

中途失聴者・難聴者を支援

手話学習会と定例会

参加費＝無料(手話学習会に初めて参加する人はテキスト代1,200円)

手話学習会

日時＝3月1日(土) 午後1時30分～4時

会場＝佐倉市中央公民館

定例会

日時＝3月15日(土) 午後1時30分～4時

会場＝佐倉市志津公民館

内容＝要約筆記を使って交流する

※中途失聴者・難聴者以外の人も参加できます。参加を希望する人は当日直接会場へ。くわしくは千葉県中途失聴者・難聴者協会印旛事務所(☎047-432-8039 FAX043-461-6533)へ。

頑張りすぎていませんか

こころの健康相談

友人や職場の人間関係、学校や子育てのことなどについて一人で悩んでいますか。不安やストレスの解消に向けて、医師やカウンセラーが個別に対応し、秘密は厳守します。

会場＝保健福祉館

対象＝市内在住で、精神科や心療内科などの専門機関を受診していない人またはその家族

※相談は無料です。日程などは保健インフォメーション(18ページ)で確認してください。申し込みは相談日の前日までに健康増進課(☎27-1111)へ。