

もしもの時に備える 在宅医療講演会

病気やケガで意思表示が難しくなった時に備えて、自分が望む医療やケアを前もって家族などへ伝える方法を学びます。

日時＝11月8日(日) 午後2時～3時30分

会場＝成田市役所6階大会議室

テーマ＝知る・考える・話す～もしもの時の“わたしの準備”

講師＝小笠原^{おがさわら}幸さん(成田赤十字病院慢性疾患看護専門看護師)

定員と参加費＝120人(先着順)・無料

申込方法＝11月2日(月)までに地域医療政策課(☎27-1119)へ。専用フォームからも申し込みます



専用フォーム

※くわしくは同課へ。

忘れずに更新を 指定難病受給者証

指定難病受給者証を持っている人は毎年更新手続きが必要です。更新しない場合、1月1日以降の助成が受けられません。

提出方法＝12月31日(木)(必着)までに郵送で更新書類を県難病助成事務センター(〒260-8690 千葉中央郵便局私書箱第7号)へ

※くわしくは同センター(☎043-307-1765)へ。

暮らしやすいまちに 地域支え合いサポーター養成講座

認知症の人などが安心して暮らせる地域にするためのサポートの仕方や、住み慣れた地域で暮らしていくための住民同士の支え合いのポイントなどを学びます。

日時＝10月7日(水)・15日(木)・22日(金)・23日(金) 午後1時30分～4時

会場＝保健福祉館

定員と参加費＝各20人(市内在住の人を優先に先着順)・無料

申込方法＝9月25日(金)までに成田市社会福祉協議会(☎27-7755)へ。専用フォームからも申し込みます



専用フォーム

※くわしくは同協議会へ。

国際医療福祉大学成田病院が開催 市民公開講座

腎臓の病気や血液・腹膜透析、腎移植という3つの治療などについて解説します。病状や生活スタイルに合わせた治療法の選び方から、腎臓の移植前の検査、移植後の生活など今から知るべき知識が学べます。

日時＝10月10日(土) 午後1時30分～3時

会場＝国際医療福祉大学成田病院

テーマ＝透析が必要と言われたら？知ってほしい、選択肢いろいろ～あなたと、大切な人のために

講師＝内山^{うちやま}清貴さん(同病院腎臓内科医師)、井上^{いのうえ}高光さん(同病院腎泌尿器外科医師)

定員と参加費＝100人(先着順)・無料

申込方法＝同病院(☎35-5600)へ。専用フォームからも申し込みます



専用フォーム

※くわしくは同病院へ。

懐かしのメロディーで楽しく全身運動 リズム体操教室

初心者やシニアでも無理なく心身をほぐし、体力アップを目指します。

日時＝10月1日・15日、11月5日・19日、12月3日・17日の木曜日 午前10時～11時

会場＝豊住ふれあい健康館

対象＝18歳以上の人

定員＝各25人(先着順)

参加費(1回当たり)＝市内在住・在勤・在学の人300円、そのほかの人400円(保険料など)

持ち物＝上履き、タオル、飲み物

※申し込みは各開催日の2週間前から豊住ふれあい健康館(☎37-7601、9月22日を除く火曜日、9月24日(木)は休館)へ。



献血にご協力ください

【成田市役所】

9月18日(金) 午前9時30分～午後4時

【成田赤十字病院】

9月30日(水) 午前10時～11時、午後0時15分～4時30分

※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事業課(☎043-241-8332)へ。

一般健康相談

【こころの健康相談(予約制)】

9月16日(水)、10月5日(月) 午後1時30分～2時30分、午後3時～4時

※会場は保健福祉館です。予約・詳細は健康増進課(☎27-1111)へ。

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)

なりた内科・脳神経内科(日曜日の午前中・ウイング土屋・☎33-7342)

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)

成田国際空港第2クリニック(日曜日・空港内・☎070-3349-8080)

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

柔らかいボールで楽しめる

うなバレー大会

うなバレーは、小さなコートで柔らかいビニールボールを使って行う子どもから大人まで楽しめる競技です。

日時＝10月17日(土) 午前9時30分～午後3時

会場＝重兵衛スポーツフィールド中台体育館

チーム編成＝5～8人(男女混合。1人での参加も可)

区分と対象

○子どもの部…小学生以下

○大人の部…中学生以上

参加費(1人当たり)＝300円(保険料など)

※申し込みは10月8日(木)までに市スポーツ推進委員連絡協議会事務局(スポーツ振興課・☎20-1584)へ。

医師が悩みに応じます

「目の愛護デー」無料電話相談

千葉県眼科医会の医師が目の健康についての相談に応じます。

日時＝10月4日(日) 午前9時～午後4時

電話番号＝043-242-4271

※くわしくは月・水・金曜日の午前10時30分～午後2時に千葉県眼科医会事務局(☎043-308-6141)へ。

国際医療福祉大学が開催

市民公開講座

日時＝10月15日(木) 午後2時～3時

会場＝国際医療福祉大学成田キャンパス
公津の杜校舎

テーマ＝STOP肝臓病～脂肪肝は放っておかないように

講師＝海老沼浩利さん(同大学医学部教授)

定員と参加費＝80人(先着順)・無料

※申し込みは同大学総務課(☎20-7701)へ。

短期集中予防サービス

成田こっぴくアカデミー

リハビリ専門医が自宅に訪問し、自宅でできる運動や住宅環境、生活動作に関する助言などを行います。

期日＝11月23日～2月15日の指定する日(全6回)

時間(1回当たり)＝1時間程度

対象＝市内在住で介護保険の要支援認定を受けている人または事業対象者

訪問対象地域＝成田・中郷地区、ニュータウン地区(はなのき台を含む)、公津地区など

定員＝6人(応募者多数は選考)

参加費＝無料

※申し込みは住んでいる地区の地域包括支援センターへ。担当のセンターが分からない場合は介護保険課(☎20-1545)へ。

子どもの心の健康を学ぶ

メンタルヘルスフェア成田

日時＝10月31日(土) 午後1時30分～3時45分

会場＝赤坂ふれあいセンター

テーマ＝子どものこころの健康について考える

講師＝阿久津実彩さん(医師)

対象＝市内在住・在勤の人、市内の福祉施設を利用している人またはその家族

定員と参加費＝80人(先着順)・無料

※参加を希望する人は当日直接会場へ。託児(1歳～未就学児)の申し込みは10月15日(木)までに障がい者福祉課(☎20-1539)へ。手話通訳・要約筆記があります。くわしくは同課へ。

少しでも気になる人は

里親制度説明会

多くの人に里親制度を知ってもらうための説明会です。里親になりたい人、里親について理解を深めたい人は気軽に参加してください。

日時＝10月31日(土) 午後1時～3時

会場＝子ども家庭支援センター Sakura(佐倉市)

定員＝30人(先着順)

参加費＝無料

申込方法＝専用フォームから申し込む

※くわしくは子ども家庭支援センター Sakura(☎043-420-8893)へ。



専用フォーム

国民年金

こんな時はどうなるの？

Q 会社員だった夫が60歳になり、定年退職しました。私は55歳で、夫の扶養に入っていたのですが、国民年金の届け出は必要ですか。

A 保険年金課(市役所1階)または下総・大栄支所で「種別変更」の届け出をしてください。マイナポータルからも届け出ができます。

20～59歳の人は、国民年金に必ず加入することになっています。加入者の種別は、第1号被保険者(学生、農業従事者、自営業者、フリーター、無職の人など)、第2号被保険者(サ

ラリーマンなど)、第3号被保険者(サラリーマンなどの配偶者)の3種類に分かれていて、種別が変わる時は届け出が必要です。

今回の場合、配偶者が会社を退職したことにより、第3号被保険者から第1号被保険者になるための手続きを行います。

第1号被保険者になると、国民年金保険料は自分で納めることになります。納付には、まとめて前払いすると割引される前納制度や便利で確実な口座振替もあります。

※くわしくは、マイナポータルからの届け出については日本年金機構ホームページ、そのほかについては保険年金課(☎20-1547)へ。



日本年金機構
ホームページ