

# こどもたちは保健センターです

申し込み・問い合わせ 健康増進課 ☎443・1631

## 保健推進員養成講座

「はつらつ健康教室」の

受講者を募集

あなたの力を地域で活かしてみませんか？

黄色いエプロンが目印の八街市保健推進員は、市民と行政のパイプ役として市の保健活動を地域に伝えたり、市民の健康づくりのための活動を行っています。主な活動内容は、健康づくりに関する講習会を開催したり、小さなお子さんをお持ちの母さんが、市の教室に参加しやすいように、また、婦人科検診を受けられるように、保育も行っていきます。

市では、保健推進員を養成するために「はつらつ健康教室」を開催します。推進員の役割や基本的な活動内容、地域での健康づくり活動に必要な食事や運動などの基礎知識を学び、地域へと推進していく活動に参加してみませんか。

令和2年1月28日(火) 午後1時30分～4時  
令和2年1月31日(金) 午後1時～3時15分  
令和2年2月14日(金) 午前10時～午後2時30分 (全3回)

令和2年1月20日(月) 令和2年4月より活動していただける方

血液が不足しています！ 献血にご協力ください！

12月26日(木) 午前10時～11時45分  
午後1時～4時

総合保健福祉センター 冬季は献血者が減少します。また、少子高齢化により幅広い年代層による協力を必要としています。血液を必要とする患者さんのために、1人でも多くの方のご協力をお待ちしています。

献血カードをお持ちの方は、献血可能日をご確認ください。また、問診などにより献血をご遠慮いただく場合もあります。

夜間・休日などの救急医療や電話相談のご案内

夜間や休日、急に具合が悪くなった際にご利用ください。

印旛市郡小児初期急病診療所

毎月曜～土曜日 午後7時～翌日午前5時45分  
日曜日・祝日・12月29日～1月3日 午前9時～午後4時45分

救急安心電話相談

☎242・9939 具合が悪くなり、医療機関を受診するか、救急車を呼ぶ

救急安心電話相談 具合が悪くなり、医療機関を受診するか、救急車を呼ぶ

午後7時～翌日午前5時45分  
佐倉市江原台2・27 ☎485・3355  
成田市急病診療所

【内科・小児科】  
【内科・小児科・外科】  
8月13日～15日・12月29日～1月3日

【プッシュ回線・携帯電話】  
☎7009

【ダイヤル回線・IP電話・光電話】  
☎03・6735・8305

【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

受付は午後4時45分まで

【歯科】  
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

受付は午後4時45分まで

※受診の際は、事前に電話で症状をお知らせください。

成田市赤坂1・3・1 ☎0476・27・1116

【子ども急病電話相談】  
夜間、お子さんの急な病気で心配な時、受診した方が良いのか迷われたとき、看護師が相談に応じてアドバイスします。必要な場合は小児科医に電話を転送します。

【プッシュ回線・携帯電話】  
☎8000

【ダイヤル回線・IP電話・光電話】  
☎242・9939

【プッシュ回線・携帯電話】  
☎8000

【ダイヤル回線・IP電話・光電話】  
☎242・9939

【プッシュ回線・携帯電話】  
☎8000

【ダイヤル回線・IP電話・光電話】  
☎242・9939

【プッシュ回線・携帯電話】  
☎8000

【ダイヤル回線・IP電話・光電話】  
☎242・9939

かを迷われたとき、看護師が相談に応じ、必要な場合は、医師に転送します。

【プッシュ回線・携帯電話】  
☎7009

【ダイヤル回線・IP電話・光電話】  
☎03・6735・8305

※各電話相談は無料ですが、通話料は利用者負担となります。また、電話によるアドバ

イスであり、診断や治療はできません。

【子ども医療費助成受給券をお持ちですか】  
中学3年生までの子どもを対象に、入院、通院、保険調剤に要した保険診療分の医療費助成を行っています。助成を受けるためには事前に申請し、「子ども医療費助成受給券」の交付を受ける必要があります。

「子ども医療費助成受給券」がお手元のない方は、健康増進課で申請の手続きをお願いいたします。

【即実践!!自宅でもできる簡単ストレッチ&ウォーキング教室】  
毎日の生活の中で運動不足を感じている方、何か運動を始めた方、この教室で効果的なウォーキングやストレッチなどを楽し

く体験して、日々の健康づくりに取り入れてみませんか。

令和2年1月16日(木) 各日午前9時30分～正午 (全2回)

【場】中央公民館  
【運動実技(ウォーキング・ストレッチ・筋トレ)とミニ講話  
両日参加できる40～69歳の市民の方  
35人(先着順)  
12月13日(金)  
※運動靴・タオル・飲料水・筆記用具・ヨガマット(ある方)  
※運動のできる服装でお越しください。(スカート不可)  
受講者全員に参加賞プレゼントします。

## 地域包括支援センターからのお知らせ

口腔ケア・口腔衛生と健康長寿に関する新常識の著者である星旦二先生をお招きし、市民健康講演会を開催します。

12月22日(日) 開場 午後1時～ 開演 午後2時～

総合保健福祉センター

演題 星教授の健康長寿講座 ～ピンピンコロリの新常識～  
なぜかかりつけ歯科医のいる人は長寿なのか

講師 首都大学東京名誉教授  
放送大学客員教授  
医師 星旦二氏

定員 200人(先着順)

申込 地域包括支援センター

☎443-1207



## 子育て親子の交流の場

【場】午前9時～午後4時  
【スポーツプラザ】  
12月4日(水)・6日(金)・13日(金)・18日(水)・25日(水)  
【おやかサロン「ひまわり」】  
毎月曜～金曜日  
午後9時～正午  
総合保健福祉センター  
3階

記号の見方 時日時 会場場

内容 対象 定員 費用 費用

申し込み 締め切り 持ち物

お問い合わせ

☎444・0815