

情報ぎゅらりー

市役所 〒276-8501 大和田新田 312-5
☎483-1151 (代表)

健康増進及び自殺対策に関する計画の策定

健康増進法に基づき、生涯にわたる健康づくりを推進する「第3次健康まちづくりプラン」と、自殺対策基本法に基づき、誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指す「第2次いのちを支えるまちづくりプラン」を策定しました。両計画は、5～10年度を計画期間として、推進します。詳しくは市HPや市役所1階法務課情報公開班、図書館で見ることができます。

(健康づくり課☎483-4646)

学生納付特例制度で国民年金保険料が猶予

専門学校、短期大学、大学、大学院、予備校などに通う学生で、本人の前年所得が一定以下の場合、申請して承認されれば、4月分から一年間の保険料が猶予されます。学生納付特例期間は老齢基礎年金の受給資格期間に含まれますが、受給額には反映されません。保険料は10年以内なら、さかのぼって追納できます。ただし、3年度目以降に追納する場合は、経過期間に応じた加算額が上乘せされます。申請は、基礎年金番号通知書または年金手帳と学生証のコピーを、国保年金課か支所・連絡所に持参してください。代理人が申

請する場合は代理人の身分証明書、同居親族以外の場合は委任状が必要です。(国保年金課☎421-6744)

新築・増築した家屋の調査

家屋調査は、固定資産税・都市計画税の算定に必要な家屋の価格を決定するために行うものです。対象家屋の所有者には、事前に文書でお知らせします。ご協力をお願いします。(資産税課☎421-6695)

花壇づくりに取り組む団体を追加募集します

花壇づくりに取り組む市民団体に花苗の配布と事業助成金を支給しています。条件は、公園・歩道・空き地・学校など、多くの市民が鑑賞できる場所の花壇やプランターに花を植え、積極的に公開できる団体です。6月のサルビアの花苗の配布から始めたい新規登録対象の団体は、4月17日(月)～28日(金)までに申し込みしてください。登録には、花壇の見取り図などを含む申請書の提出が必要です。応募の相談は、通年で行っています。申請・問い合わせは〒276-0046 大和田新田584-1市地域振興財団・緑化推進事務所☎458-6446へ。(公園緑地課)

5月1日(月)の夜間急病診療(外科系)の当番医

夜間急病診療(外科系)の平日・月曜日の当番医はセコメディック病院ですが、5月1日(月)はセントマーガレット病院が臨時の当番医となります。(健康福祉課☎421-6731)

保健

保健センター
〒276-0042 ゆりのき台2-10
母子保健課 ☎ 486-7250
健康づくり課 ☎ 483-4646

母子保健課 プレママ教室

ママになる人が妊娠、出産、子育てのイメージができるよう助産師などの専門職による講話を行います。初めて赤ちゃんを迎える人対象。パートナーも参加可。妊娠7か月前後を目安に受講してください。2人目以降の場合は要相談。母子健康手帳、筆記用具持参。各回先着20人。

▶日時 5月31日(水)①午後1時15分～2時35分、②午後2時45分～4時5分。15分前から受け付け ▶場所 保健センター ▶申し込み アプリ「らくらく★かんたん予防接種ナビ」から予約を

妊婦・乳児健康診査を受けましょう

母子健康手帳とともに交付された「母子健康手帳別冊」に綴じられている「妊婦・乳児健康診査受診票」を利用し、妊娠中に14回、生後3～6か月と9～11か月に各1回、県内の医療機関で健康診査が受けられます。里帰り出産などで県外の医療機関や助産所で受診を希望する人、転入などで市の受診票を持っていない人は電話で母子保健課へ。

パパとママの子育て教室

赤ちゃん人形を使ったお風呂の入れ方・オムツの替え方の実習を行います。市内在住の初めて赤ちゃんを

- ### 4月の献血

 - 22日(土)午前10時～11時45分、午後1時～4時30分、フルルガーデン八千代(八千代市献血推進協議会主催)
 - 24日(月)午前10時～11時45分、午後1時～4時30分、八千代市役所(八千代市献血推進協議会主催)

発熱したときの受診・相談

65歳以上や重症化リスクの高い人、つらい症状がある人、妊婦、子どもはかかりつけの医療機関や発熱外来に電話で相談を。かかりつけ医がいないなど、困ったときは、千葉県のHPで発熱外来を確認し、ネット環境がないなどの場合は下記相談窓口へ。受診の際は必ず事前に予約を。

相談窓口

- 千葉県発熱相談コールセンター(土日祝含む24時間) ☎0570-200-139
- 八千代市健康づくり課(平日8時30分～17時) ☎047-483-4646
- 発熱相談医療機関 連絡先は千葉県HPに掲載

●県内の発熱外来

千葉県HP

迎える夫婦対象。各回先着10組。妊娠7か月前後を目安に受講してください。2人目以降の場合は要相談。母子健康手帳、筆記用具、バスタオル持参。市HP掲載の妊娠期講話内容や動画で事前学習を。

▶日時 5月2日(火)①午前9時30分から、②午前11時から、③午後1時30分から、④午後3時からのいずれか。1回1時間程度。15分前から受け付け ▶場所 保健センター ▶申し込み 電話で母子保健課へ

食生活相談(予約制)

乳幼児期・学童期・思春期のお子さん、妊産婦さんの食生活や栄養について栄養士が相談に応じます。

▶日時 第2・4火曜日午後1時30分～4時30分 ▶場所 保健センター ▶申し込み 電話で母子保健課へ

離乳食教室

栄養士による離乳食の進め方の講話や離乳食の見本の展示など。市内在住の生後7か月～1歳くらいの子を持つ保護者対象。先着15組。母子健康手帳、筆記用具持参。

▶日時 5月18日(木)午前10時30分～11時30分、午後1時45分～2時45分のいずれか。15分前から受け付け ▶場所 保健センター ▶申し込み アプリ「らくらく★かんたん予防接種ナビ」から予約を

健康づくり課 お試し体操広場

やちよこれだけ体操や、やちよ元気体操など、体力に自信のない人も無理なく体を動かせる30分間の体操広場です。申し込み不要。当日現地集合。小雨中止。飲み物持参。

▶日時 4月19日・26日いずれも水曜日午前9時～9時30分 ▶場所 八千代総合運動公園噴水広場

5年度任意の風しんの予防接種費用を助成します

赤ちゃんを先天性風しん症候群から守るため、風しん抗体検査の結果、抗体価が低かった人に対して、予防接種の費用を助成します。

▶対象 風しん抗体検査の結果、

<h3 style="margin: 0;">夜間・休日急病診療</h3> <p>月～金曜日 19:00～翌8:30</p> <p>土曜日 17:00～翌8:30</p> <p>日曜日・祝日 年末年始 8:30～翌8:30</p> <p>つながらないときは、市役所☎483-1151か消防本部☎459-2441へ。当番医は、市ホームページでも見られます。</p>	<p>◆急病のときは、まず、当番医で受診を</p> <p style="text-align: center; border: 1px solid black;">テレホン案内</p> <p>内科系(小児科) ☎482-6870</p> <p>外科系・その他の科目 ☎482-6871</p> <p>歯科☎482-6872</p> <p>※小児科・その他の科目・歯科は、日曜・祝日・年末年始の8:30～17:00のみ</p>	<p style="text-align: center; border: 1px solid black;">やちよ夜間小児急病センター</p> <p style="font-size: 0.8em;">東京女子医科大学八千代医療センター内</p> <p style="font-weight: bold;">毎日18～23時 ☎458-6090</p> <p>※23時以降は☎450-6000へ</p> <p>具合が悪くなり、当番医での受診が必要と判断した時などに看護師や医師が電話で相談に応じます。</p> <p style="border: 1px solid black; padding: 2px;">【小児】こども急病電話相談</p> <p>毎日19時～翌朝6時 局番なしの ☎#8000</p> <p>※ダイヤル回線、IP電話、光電話からは☎043-242-9939</p> <p style="border: 1px solid black; padding: 2px;">【小児以外】救急安心電話相談</p> <p>平日・土曜18時～翌朝6時、日曜・祝日・年末年始9時～翌朝6時 局番なしの ☎#7009</p> <p>※ダイヤル回線、IP電話、光電話からは☎03-6735-8305</p>
---	--	--

けんこうかんりコーナー No.574 「歯科医院に行ったら、歯は治る」の!?

八千代市歯科医師会

みなさん「歯科医院に行っても歯は治らない」って、ご存知でしたか? いわゆる不快症状を消すような「治療(=あとしまつ)」はできますが、残念ながらもとの歯に治ることはありません。生き物の体は「代謝」することによって皮膚も、骨も、内臓も、すべて新しく作り変わっています。だから怪我をしても、傷ついても、代謝により治癒できるのです。命ってよくできていますね。

その体の中でも、代謝しない部分があります。爪、毛、歯です。

その中でもさらに、爪と毛は、代謝はしませんが、伸びて「置換」します。かくて、歯だけは、代謝もせず、置換もせず、新しくアップデートされることのない組織なのです。その歯で「人生100年時代」を乗り切っていこうと、言う話なのです。

「歯ってすごいな!」「歯ってタフだな!」と思ってもらえたでしょうか? あなたのかけがえのない歯を大切に考えていきましょう。歯が痛くなってからではなく、予防のためにも歯科医院を活用してください。