

情報ぎゅらりー

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

国民年金保険料の免除などの申請は7月1日(月)から

6年7月～7年6月までの国民年金保険料の全額免除、一部免除、納付猶予の申請の受け付けを開始します。希望する人は申請をしてください。退職や失業で保険料の納付が困難な人には、特例免除があります。

申請は、年金手帳または基礎年金番号通知書、退職が理由の人は退職日が確認できる雇用保険受給資格者証、雇用保険離職票などの写しを、国保年金課または支所・連絡所へ持参してください。郵送での申請も可。本人の所得のほか、配偶者や本人以外の世帯主に一定以上の所得がある時は承認されない場合もあります。詳しくは国保年金課☎421-6744へ。

やちよオアシスのご活用を

今年の夏も猛暑の予報となっており、熱中症による救急搬送の増加が予想されます。7月1日(月)～10月23日(水)の間、熱中症予防のために、市内の公共施設や事業所を「やちよオアシス」として開放します。実施施設にはやちよオアシスのポスターを掲示します。詳しくは市HP^{ホームページ}かゼロカーボンシティ推進室☎421-6767へ＜利用上のご留意＞

- 一時的な休憩所のため、長時間の滞在はご遠慮ください。
- 利用の際は、他の利用者の迷惑とならないよう、マナーを守ってご利用ください。
- 冷房設備は施設管理者の判断で運用しています。

募集 保健師または看護師(会計年度任用職員)

▶勤務内容 「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施」に関わる事業の中で、75歳以上の市民の健康寿命を延伸する取り組みに従事 ▶募集人数 1人 ▶資格 保健師または看護師の免許所持 ▶任期 7年3月31日まで。再度の任用については勤務状況などにより判断 ▶勤務日／時間 月曜日～金曜日のうち

週3日／午前8時30分～午後5時のうち5時間程度。勤務日などは応相談 ▶年次休暇 勤務日数に応じて付与 ▶報酬 保健師1,511円～1,536円、看護師1,486円～1,511円。いずれも経歴により異なる。通勤手当あり(片道2km以上から支給) ▶応募方法 7月16日(火)必着で、履歴書及び申込書を〒276-0042ゆりのき台2-10 八千代市保健センター健康づくり課へ持参または郵送。詳細は市HPに掲載 ▶面接日 7月下旬予定 (健康づくり課☎483-4646)

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 妊婦歯科健診を受けましょう

妊娠中はホルモンバランスの変化やつわりによって、むし歯や歯周病などのトラブルが起こりやすい時期です。母子健康手帳交付時に配布している「妊婦歯科健康診査受診券」を使って、妊娠中に1回、市内の歯科委託医療機関で受けることができます。生まれてくる赤ちゃんのお口の健康を守るためにも、安定期に入ったら歯科健診を受けましょう。受診方法などは右のコードから、かんたん動画やちよニュースクリップでご覧になれます。

離乳食教室

栄養士による離乳食の進め方についての講話、離乳食の試食(保護者)などを行います。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。

▶日時 7月18日(木)午前11時～午後0時10分、午後2時～3時10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「やちよ子育てナビ」から予約

ハローベビー教室(妊娠・出産編)

はじめて赤ちゃんを迎える人が妊娠、出産についてイメージできるよう助産師などの専門職による講話を行います。市内在住のはじめて赤ちゃんを迎える妊婦対象(パートナー可)。なるべく妊娠7か月前後を目

安に受講を。2人目以降の場合は要相談。母子健康手帳、筆記用具持参。

▶日時 7月16日(火)午後1時15分～2時35分、2時45分～4時5分のいずれか。15分前から受け付け ▶場所 保健センターなど ▶申し込み アプリ「やちよ子育てナビ」から予約



ハローベビー教室(子育て編)

赤ちゃん人形を使った沐浴実習や産後の生活についてパートナーと話してみましよう。市内在住のはじめて赤ちゃんを迎える夫婦対象。なるべく妊娠7か月前後を目安に受講を。2人目以降の場合は要相談。受講前に下のコードで事前学習を。母子健康手帳、筆記用具、バスタオル持参。

▶日時 7月13日(土)午前9時55分～11時30分、午後1時25分～3時のいずれか。15分前から受付 ▶場所 保健センターなど ▶申し込み アプリ「やちよ子育てナビ」から予約



事前学習



やちよ子育てナビ

麻しん風しん混合予防接種(MR)はお済みですか

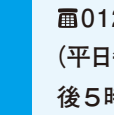
▶対象 第1期…生後1歳～2歳未満、第2期…平成30年4月2日から31年4月1日生まれ(小学校就学前の1年間) ※第2期の接種期限は7年3月31日まで ▶費用 公費(無料) ▶ワクチンの種類 原則として麻しん風しん混合ワクチン

接種していない人は、定期予防接種委託医療機関でなるべく早めに受けましょう。予診票を紛失した人や

6月の献血

●16日(日)午前10時～11時30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)

混雑回避のため、なるべく事前予約をお願いします。予約方法の問い合わせは、千葉県赤十字血液センター登録課☎0120-892-760(平日午前9時～午後5時)



献血予約

市外の医療機関で接種希望の人は母子保健課にご連絡ください。

日本脳炎の予防接種を受けましょう

下記の時期に予診票と案内を送付しています。対象年齢、接種回数などを確認のうえ、市内の委託医療機関で接種を受けてください。

▶第1期(3回接種): 出生月の翌月の月末に予診票を送付 ▶第2期(1回接種): 9歳の誕生日の前月末に予診票を送付 ▶平成17年度から21年度にかけて、接種を行う機会を逃した人(平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれで20歳未満の人)は、1期・2期の不足分の接種を20歳未満までに受けることができるので、市HPまたは母子保健課まで問い合わせください。

なお、18歳(平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれ)で第2期の接種歴が保健センターに登録されていない人には、7月にはがきで接種方法を案内します。

生涯学習

特に表示されていないものは受講無料です。詳しくは各主催者に問い合わせてください。

公民館 高津公民館☎450-0353

◆初めて楽しむ布ぞうりづくり・全2回(初心者のみ) 古着などをリサイクルし、おしゃれな布ぞうりを作る講座。市内在住か在勤の成人で初心者対象。定員10人。応募多数の場合は抽選。上履き、飲み物持参 ㊦7月18日(木)、8月1日(木)午前10時～正午 ㊧300円 ㊨午前9時から電話か直接同館へ。または右のコードから電子申請



火災・救急時には **119** 番

救急車の適正利用にご協力ください

出動件数	5月	1～5月
救急	983件	4,799件
火災・その他	49件	289件

6月の納期

納期限は7月1日(月)です。スマホアプリで納付ができます。または、納め忘れのない口座振替が便利です。市民税・県民税……………1期

夜間・休日急病診療	◆急病のときは、まず、当番医で受診を	やちよ夜間小児急病センター
月～金曜日 19:00～翌8:30	【テレホン案内】 内科系(小児科) ☎482-6870 外科系・その他の科目 ☎482-6871	東京女子医科大学 八千代医療センター内 平日・土曜19時～23時 日曜・祝日・年末年始18時～21時 ☎458-6090 ※時間外☎450-6000へ
土曜日 17:00～翌8:30	歯科☎482-6872 ※小児科・その他の科目は、日曜・祝日・年末年始の8:30～17:00のみ。歯科は、日曜・祝日8:30～13:00、年末年始は8:30～17:00のみ	具合が悪くなり、当番医での受診が必要か判断に迷う時などに看護師や医師が電話で相談に応じます。
日曜日・祝日 年末年始 8:30～翌8:30		【小児】【こども急病電話相談】 毎日19時～翌朝8時 局番なしの ☎#8000 ※ダイヤル回線、IP電話、光電話からは ☎043-242-9939 【小児以外】【救急安心電話相談】 平日・土曜18時～翌朝8時、日曜・祝日・年末年始・GW9時～翌朝8時 局番なしの ☎#7119 ※ダイヤル回線、IP電話からは ☎03-6810-1636

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。

食中毒を予防しましょう

気温が上がり、湿度が高くなる梅雨から夏にかけて、食中毒菌の増殖が活発になり、家庭でも食中毒が発生しやすくなります。

以下のことに気をつけて、食中毒を予防しましょう。

- 細菌をつけない ①調理の時は、こまめに手を洗う。②食材は適切な方法で保管する。③調理器具は肉・魚用と野菜用といったように、用途別に使い分ける。



用途別に使い分ける。

■細菌を増やさない ①食品についた菌は、時間の経過とともに増えます。調理は迅速にし、調理後は早く食べる。②食品は室温で放置せず、冷蔵庫に保管する。

■細菌をやっつける ①加熱は最も効果的な殺菌方法です。加熱が不十分では、食中毒菌が生き残るので、中心部までしっかり加熱する。②調理後、器具はよく洗う。熱湯や塩素剤などで消毒すると、より効果的です。(健康づくり課)