

情報ぎゃらりー

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

ねんきんネットで年金記録の確認・相談ができます

ねんきんネットはインターネットを通じて年金の情報を確認できるサービスです。登録すると、いつでもパソコンやスマートフォンで最新の年金記録の確認や、将来の年金見込額の試算、各種届書の作成などができます。さらに、「海外にお住まいの人」及び「聴覚や発話等の障害や、身体等に障害があり、電話や年金事務所での相談が難しい人」を対象に、マイナポータル経由でねんきんネットにログインし、相談事項を入力することで、後日、日本年金機構から回答を行うサービス（試行実施）を開始しました。詳細は、日本年金機構のHPで確認を。 （国保年金課☎421-6744）

ファミリー・サポート・センターの協力会員

お子さんの預かりや保育施設への送迎など、一時的・補助的な支援を行う、有償ボランティアの協力会員を募集しています。資格は不問ですが、基礎研修会の受講が必要です。

▶基礎研修会の日時／場所 11月7日(金)午前9時30分～午後3時10分／市民会館 ▶申し込み 10月31日(金)までに電話で同センター☎411-6748へ（平日の午前9時～午後4時）（子ども保育課）

ふれあい教室「折り紙」のボランティア指導者

依頼された市内の小学校・保育園などで実施する「ふれあい教室」の「折り紙」のボランティアを募集します。

▶応募条件 次の①、②を満たす人①子どもと触れあうことが好きで、学校や保育園などへの指導（年30回程度）に積極的に参加できる人、②団体の活動日（高津公民館／月2回）に参加できる人 ▶締め切り 11月10日(月) ▶申し込み 電話で生涯学習振興課☎481-0309へ

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	9月	1～9月
救急	1,008件	9,025件
火災・その他	86件	637件

夜間・休日急病診療

月～金曜日
19:00～翌8:30
土曜日
17:00～翌8:30
日曜日・祝日
年末年始
8:30～翌8:30

◆急病のときは、まず、当番医で受診を
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
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

テレホン案内がつかないときは、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。

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

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。各回20人。

▶日時 11月18日(火)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 ▶対象 はじめて赤ちゃんを迎える人。パートナーも参加可。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 ▶持ち物 母子健康手帳、筆記用具 ▶申し込み アプリ「やちよ子育てナビ」から予約

4か月児赤ちゃん広場

4～5か月児のお子さんを対象として、保健センターなどで開催しています。日程などは生後2か月頃に郵送でご案内しています。

▶内容 体重などの計測、離乳食の講話、手遊びや遊び場紹介など

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 11月20日(木)①午前11時～午後0時10分、②午後2時～3時10分のいずれか。10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

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…1歳～2歳未満、第2期…平成31年4月2日から令和2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

10月の献血

●10月25日(土)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
●10月28日(火)午前10時～11時45分、午後1時～4時30分、八千代市上下水道局（市役所敷地内）

やちよ夜間小児急病センター
東京女子医科大学附属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

具合が悪くなり、当番医での受診が必要と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。
【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

は8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 【接種期間の延長について】

6年度に麻しん風しん混合ワクチン定期接種の対象で未接種の人は、接種期間が9年3月31日まで延長になりました。

▶対象 第1期…令和4年4月2日～5年4月1日生まれ、第2期…平成30年4月2日～31年4月1日生まれ 接種方法などの詳細は市HPまたは母子保健課へ

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歯科健診を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ぜひ受けましょう。詳しい歯科健診の様子を右のコードから確認できます。

健康づくり課がん検診は受けましたか

10月はがん検診受診率60％達成に向けた集中キャンペーン月間です。がん検診の受診券の有効期限は8年1月末です。期限が近づく医療機関が混み合います。早めに予約をして受診してください。集団検診は、Gコース（乳がんマンモグラフィ）、Hコース（乳がん超音波）、Iコース（子宮）、Jコース（子宮＆乳がん超音波）、Tコース（特定健康診査）のみ空きがあります。申込用紙の提出により先着順で受け付け。詳しくは市HPか電話で健康づくり課へ。

口腔機能低下症を知ろう！

「噛みにくい」「口が乾く」などのささいなお口のトラブルを見過ごし

てしまうと、お口の機能が低下し、全身の健康に影響を及ぼすこともあります。本講演会では「口腔機能低下症」の予防や対策について歯科医師から分かりやすくお伝えします。先着30人。

▶日時 11月17日(月)午後2時～3時30分（1時45分から受け付け） ▶講師 八千代市歯科医師会 廣瀬邦子先生 ▶場所 保健センター ▶申し込み 右のコードから電子申請か電話で健康づくり課へ

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 大和田公民館☎482-0845

◆フラを楽しもう 初心者向けのフラダンスの基本を楽しみながら学びます。市内在住・在勤の成人対象。先着10人 ㊦11月25日(火)午前10時～11時 ㊦10月15日(水)午前9時から電話か直接同館へ

◆八千代の歴史を学ぶ・全2回 江戸時代の大和田村の絵図から特徴ある場所がどう変わってきているのかを楽しく学びます。市内在住・在勤の成人対象。先着15人 ㊦11月18日(火)、12月16日(火)午前10時～11時30分 ㊦10月15日(水)午前9時から電話または直接同館へ

◆大和田公民館登録サークル見学会 趣味も学びも健康も！公民館サークルまるわかり。活動しているサークルの見学を行います ㊦11月4日(火)から12月6日(土)までの各サークル活動日 ㊦一部要予約。開催日や活動内容については右のコードから確認を

阿蘇公民館☎488-1185 ◆絵手紙～割り箸で描く絵手紙～・全2回 季節の題材や来年の干支を描き心のこもった絵手紙を作ります。市内在住か在勤・在学の成人対象。抽選10人 ㊦11月14日(金)・28日(金)午後1時30分～3時30分 費350円 ㊦10月15日

けんこうかんりコーナー

No.597 さあ、尿検査に行こう！
第3弾～尿潜血編～

今日は尿潜血についてお話しします。潜血とありますが、尿の色が真っ赤になるわけではありません。尿が真っ赤、またはコーラ色になるのは肉眼的血尿と言います。尿潜血陽性は黄色い普通の色の尿でも赤血球が顕微鏡でみて1視野に5個以上あれば陽性となります。

では、尿潜血陽性とはどういう意味でしょうか。尿に血液が混じるのは、尿を作る腎臓から、作った尿が通る尿管、尿をためる膀胱、排泄時に通る尿道まで、どこで血が出ていても尿には血が混じります。これらのどこで出ているのか、何が原因で出ているのか調べる必要があります。

八千代市医師会
えみファミリークリニック
稲山 えみ

例えば、糸球体腎炎、腎結石や尿管結石、尿路系悪性腫瘍などが挙げられます。腎臓から出ている尿潜血の場合、出ているても腎機能に問題のない場合も多く見られますが、中には蛋白尿を伴い、腎機能が低下していくものもあります。これらは腎臓内科で治療することになります。

腎結石、尿管結石、尿路系悪性腫瘍などが原因の場合は、泌尿器科で治療することになります。

何年も尿潜血陽性で慣れてしまいい、放置していたら膀胱がんができていた、といったケースもありますので、尿潜血陽性を指摘されたら放置せずに、早めに泌尿器科や腎臓内科を受診しましょう。

[7.10.15]

6