

情報ぎゅらりー

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

生産緑地地区の都市計画変更

都市計画法の手続きを経て、萱田字木戸浦、高津字新山、高津東四丁目、緑が丘西四丁目・五丁目の各区域の一部で生産緑地地区の都市計画を変更しました。告示日は12月7日。変更内容は、公園緑地課で確認できます。

介護保険の要介護認定を受けている人へ

要介護認定を受けている65歳以上の人は、介護度などによって、身体障害者手帳などの交付を受けていなくても、所得税や住民税の障害者控除の適用を受けられる場合があります。また、おむつ代で医療費控除を受けるには、医

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	11月	1~11月
救急	742件	8,494件
火災その他	81件	949件

火災場所の問い合わせは☎459-0119へ

- 23日(祝)午前10時~11時45分・午後1時~4時30分、イオンモール八千代緑が丘(八千代東ライオンズクラブ主催)
- 24日(休)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)
- 29日(土)午前10時~11時45分・午後1時~4時30分、イオンモール八千代緑が丘(八千代市献血推進協議会主催)

- 納め忘れのない口座振替が便利です
- 国民健康保険料.....6期
納期限31年1月4日(金)
 - 介護保険料.....6期
納期限31年1月4日(金)
 - 後期高齢者医療保険料.....6期
納期限31年1月4日(金)
 - 固定資産税・都市計画税.....3期
納期限12月25日(火)

年末年始の休日当番医予定と受診案内

急に具合が悪くなったときは、始めに次の当番医で受診してください。診療時間は、午前9時~午後5時(昼休み

診療日	診療科目	当番医/住所	電話番号
12/29 (土)	外科	グリーンヒル鴻野クリニック /緑が丘1-2-10 八千代緑が丘シティハイツ1階	458-6130
	内科	ゆりのきクリニック/萱田2245	750-7555
	その他	なないろこどもクリニック /大和田新田458-10	459-3311
	その他	めぐみ眼科/大和田新田76-40	450-5530
12/30 (日)	外科	ゆりのき台歯科クリニック/ゆりのき台4-20-5	486-8181
	内科	平嶋歯科医院/大和田新田63-5	450-4050
	その他	とみた整形外科/緑が丘2-20-7	459-9911
	その他	クリニカdeこばやし/村上南1-5-28 SYM THE BUILDING2-2	405-6503
12/31 (月)	外科	八千代ももたろうクリニック /ゆりのき台4-1-8 ベルジュールゆりのき2-C	405-3588
	内科	勝田台メディカルクリニック /勝田台北2-1-37	481-3500
	その他	ひるま歯科医院/上高野306	480-8211
	その他	ハミング歯科医院/大和田新田354-203	459-7706
12/31 (月)	外科	勝田台病院/勝田622-2	482-3020
	内科	勝田台病院/勝田622-2	482-3020
	その他	みどりこどもクリニック/村上南1-5-28 SYM THE BUILDING3-2	486-7127
	その他	勝田台病院(泌)/勝田622-2	482-3020
12/31 (月)	外科	藤本歯科医院/緑が丘4-8-2	450-8683
	内科	八千代歯科クリニック/八千代台北5-3-17	486-0479
	その他	八千代歯科クリニック/八千代台北5-3-17	486-0479
	その他	八千代歯科クリニック/八千代台北5-3-17	486-0479

師が発行するおむつ使用証明書が必要ですが、控除を受けるのが2年目以降で、所定の条件を満たす人は、市が交付する確認書に代えられます。それぞ

子どもショートステイ

保護者の病気(感染症を除く)や出産などで、一時的に家庭で育児ができないときに、お子さんを泊まりで預かる制度です。利用方法や料金など詳しくは市HPか子ども相談センターへ。

- ▶対象 市内在住の3歳未満の子
- ▶利用期間 1回につき7日以内
- ▶利用施設 乳児院ほうゆうベビーホーム/上高野157
- ▶申し込み 子ども相談センター☎484-2954へ

募集 日本語ボランティア説明会の参加者

外国人住民に日本語を教えるボランティアをしてみたい人が対象です。

- ▶日時 31年2月2日(土)午後1時30分~3時
- ▶場所 男女共同参画センター
- ▶申し込み 1月31日(木)までに電話、ファクス、メールで八千代市国際交流協会(火曜・木曜日のみ)☎752-0593
- ✉yia2006@world.zaq.jpへ(総合企画課)

けんこうかんりコーナー No.528 原因はストレス

年の瀬が近づき、忙しい季節です。連日飲み会、という方もいるでしょう。こんな時、しつこい湿疹やじんましんなどの皮膚症状を呈する方もいます。皮膚疾患は、はっきりとした原因がわからないものも多いのですが、その様な時、医師や知人に「それはストレスが原因だ」と言われたり、ご自身でそう思った事があるかもしれません。「ストレス」とは便利な言葉です。「アレルギー」と並んで、よくわからない皮膚疾患で原因とされることが多い言葉です(笑)。そもそもストレスは悪いものなのでしょうか?ストレスの全くない環境におかれた人が、かえ

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 学童期の定期予防接種

学童期の定期予防接種をまだ受けていない人は、市内の委託医療機関で受けてください。対象年齢を過ぎると無料(公費)での接種ができなくなりますので注意してください。

- ①【2種混合2期(ジフテリア・破傷風)】1回:11歳~13歳未満
- ②【日本脳炎2期】1回:9歳~13歳未満

子宮頸がん予防接種は、現在積極的勧奨を差し控えています。接種希望の人は、かかりつけ医と相談の上、医療機関から予診票を受け取り接種してください。詳しくは市HPか担当課へ。

健康づくり課 この冬インフルエンザにかからないために

例年、12月~3月はインフルエンザが流行するシーズンです。38℃以上の発熱や咳、のどの痛み、全身のだるさや関節の痛みなどの症状が現れます。

八千代市医師会
勝田台クリニック
久保田智樹

って生理的・精神的変調をきたしたという実験報告もあります。ストレスには「良いストレス」と「悪いストレス」があるというのが正しい考えです。良いストレスは昇進や結婚等、自分をより高めてくれる良い刺激になり得るものです。また、気持ちの持ちかた一つで同じ「ストレス」が良いものにも悪いものにもなり得る場合もあります。疾患においては、安易に「ストレスが原因」と決め付けてしまうとその裏に潜む真の病因を見逃す危険性があります。ストレスと上手に付き合い、よい年末年始を過ごしましょう!

予防方法は、①こまめに手洗いをす、②加湿器などを使って適切な湿度(50~60%)を保つ、③十分な休養とバランスのとれた食事をとる、④人混みを避けることです。

「咳エチケット」も大切です。①咳やくしゃみが出たら、他の人にうつさないためにマスクを着用しましょう、②マスクを持っていないときは、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむけて1メートル以上離れましょう、③鼻水・痰などを含んだティッシュはすぐにゴミ箱に捨てましょう、④咳をしている人にマスクの着用をお願いしましょう。



医療機関閉院のお知らせ

12月末で閉院のため、以下2院は健診・予防接種が受けられなくなります。田中産婦人科医院(八千代台西4-3-17)/妊婦健診、乳児健診、乳幼児・学童予防接種、高齢者用肺炎球菌・インフルエンザ予防接種

佐藤医院(米本2168-17-1-228)/乳幼児健診、乳幼児・学童予防接種、高齢者用肺炎球菌・インフルエンザ予防接種

習志野健康福祉センターから医療従事者届出について

本年は医療従事者(医師、歯科医師、薬剤師、看護職員、歯科衛生士、歯科技工士)届出の該当年です。

免許を持っている人は就業状況などの届け出が必要です。詳しくは厚生労働省HPをご覧ください。届出用紙は、習志野健康福祉センターで配布。

- ▶調査対象者 医師・歯科医師または薬剤師(未就業者含む)、保健師、助産師、看護師、准看護師、歯科衛生士、歯科技工士(県内に就業している人)
- ▶調査の時期 30年12月31日(月)現在
- ▶提出期限 31年1月15日(火)まで
- ▶提出・問い合わせ 同センター企画課〒275-0012習志野市本大久保5-7-14☎475-5151

あり)です。夜間に受診する場合は、右の「夜間・休日急病診療」をご覧ください。当番医は変更になる場合がありますので、市HPまたは、テレホン案内で最新の情報を確認してから受診してください。

診療日	診療科目	当番医/住所	電話番号
1/1 (祝)	外科	新八千代病院/米本2167	488-3251
	内科	新八千代病院/米本2167	488-3251
	その他	八千代緑が丘ファミリークリニック /緑が丘1-1106-5 1階	409-1414
	その他	いしい眼科/大和田新田328-1	409-7900
1/2 (水)	外科	ほりうち歯科 /緑が丘2-2-9 第2秋葉ビル2階	458-1248
	内科	水谷歯科診療所/ゆりのき台5-21-1	486-8868
	その他	セントマーガレット病院(外)/上高野450	485-5111
	その他	セントマーガレット病院/上高野450	485-5111
1/3 (木)	外科	あべこどもクリニック /勝田台北1-8-7 KEIYUビル2階	487-0415
	内科	セントマーガレット病院(皮)/上高野450	485-5111
	その他	八千代台歯科医院/八千代台西3-4-6	485-6055
	その他	みどりかわ歯科 /村上南1-21-5 キャッスルテナント207	482-6164
1/3 (木)	外科	高津南クリニック/高津659-20	458-7833
	内科	にして内科クリニック /緑が丘1-1106-5 2階	450-5505
	その他	どいこどもクリニック/八千代台西2-2-7	483-4885
	その他	宮崎耳鼻咽喉科医院/大和田新田375-2	480-3314
1/3 (木)	外科	森歯科クリニック/八千代台北12-1-13	483-3000
	外科	さくら歯科医院 /八千代台西9-17-2クレセントパレス101	480-1817

夜間・休日急病診療

◆急病のときは、まず、当番医で受診を

【テレホン案内】

月~金曜日 19:00~翌8:30	内科系(小児科) ☎482-6870
土曜日 17:00~翌8:30	外科系・その他の科目 ☎482-6871
日曜日・祝日 年末年始 8:30~翌8:30	歯科☎482-6872 ※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

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

【やちよ夜間小児急病センター】

東京女子医科大学八千代医療センター内

毎日18~23時 ☎458-6090

※23時以降は☎450-6000へ

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。

【小児】こども急病電話相談

毎日19時~翌朝6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~23時、日曜・祝日・年末年始9時~23時 局番なしの☎#7009

※ダイヤル回線、IP電話、光電話からは☎03-6735-8305