

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

妊婦さん同士の友達づくりと助産師による妊婦体操、妊婦さんの食事と離乳食、お口の健康について。先着30人
▶日時 2月14日(木)午後1時15分～4時30分。15分前から受け付け ▶場所 保健センター ▶対象 初めて赤ちゃんを迎える人。なるべく妊娠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 ▶申し込み 電話で母子保健課へ

マタニティ広場

妊婦さんや先輩ママとの交流会を開催しています。出産準備や分娩のことなどを聞いて不安を解消しましょう。母子健康手帳と一緒に交付した「赤ちゃんを迎えるご家族へ」の教室案内を参考に、各地域子育て支援センターへ電話で申し込んでください。

▶2月の日程 5日(火)・勝田台公民館(問い合わせはすてっぷ21勝田台へ)、26日(火)・八千代台東南公民館(問い合わせは八千代台南保育園内のあいあいへ)

2歳6か月児歯科健診(予約制)

歯科医師による健診や相談、歯科衛生士の歯みがき実習を行います。

▶日時 2月6日(水)、3月1日(金)・5日(火)午後1時～1時30分受け付け ▶場所 保健センター ▶対象 28年8月生まれ ▶申し込み 健診日の1週間前までに電話で母子保健課へ

マイナス1歳からのむし歯予防～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られます。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は右のコードから。



健康づくり課 お試し体操広場

やちよ元気体操や歌に合わせて、青空の下、気持ち良く体を動かします。予約不要。当日現地に集合。

▶日時 1月11日(金)・25日(金)午前9時～9時30分。小雨中止 ▶場所 総合運動公園噴水広場 ▶持ち物 飲み物

習志野健康福祉センターから

■HIV検査と肝炎検査(予約制)
HIV検査と同時に梅毒・クラミジア・B型肝炎・C型肝炎の検査も可能。肝炎のみの検査も可。検査は無料・匿名。結果は原則、口頭で。HIV検査のみ即日結果可。

▶日時 1月17日(休)午後1時～2時、2月7日(木)午後1時～2時、午後5時15分～6時15分 ▶場所 習志野健康福祉センター ▶申し込み 疾病対策課☎475-5154。2週間前から受け付け

■精神保健福祉相談(予約制) 精神疾患や心の健康について、精神科医が相談をお受けします。

▶日時/場所 2月5日(火)午後2時から/八千代市障害者福祉センター、2月12日(火)午後2時から/習志野健康福祉センター ▶申し込み 地域保健課☎475-5152

1月の休日開庁

- 戸籍住民課の窓口(1階)
13日(日)午前8時30分～正午 ※取り扱いできない業務もあります
- 納税相談(3階)
27日(日)午前9時～午後4時
- 国民健康保険料の相談(1階)
20日(日)・27日(日)午前9時～午後4時
- 5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
- 12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
主催はいずれも八千代市献血推進協議会

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 申し込みはいずれも1月5日(土)午前9時から電話か直接各館へ

- 阿蘇公民館☎488-1185 ◆ドラムに挑戦!・全3回 ドカドカ叩いてストレス解消。リズムを楽しみましょう。成人対象。先着5人。上履き、飲み物持参 1月19日、2月16日、3月16日 いずれも土曜日午後1時30分～3時
- 八千代台公民館☎483-5553 ◆ちぎり絵体験～おひなさまを飾ろう～ 和紙の風合いを楽しみながら、自分だけのおひなさまを作りませんか。市内在住・在勤の成人対象。先着15人。はさみ、目打ち、飲み物持参 1月4日(月)午前9時30分～11時45分 費1,200円(材料費)
- ◆ゆったり子育て「どるちえ」・全3回 リズム遊びや読み聞かせを通して、親子のふれあいを楽しみます。市内在住の29年4月2日～30年4月1日生まれの子どもの保護者対象。先着12組。飲み物、おやつ持参 1月5日・19日、3月5日 いずれも火曜日午前10時15分～11時45分 費200円

図書館 TRC八千代中央図書館

☎486-2306 ◆ベビー&パパママのためのハワイアンゆりかご フラダンスの動きを取り入れたストレッチなどで赤ちゃんとのコミュニケーション。6か月～2歳の子どもとその保護者対象。先着15組 1月25日(金)午前11時～正午 1月5日(土)午前9時から電話か直接同館へ

◆突然の介護に備えて 医療制度と介護の仕組みを学ぶ講座。先着30人 1月20日(日)午後1時30分～3時 1月5日(土)午前9時から電話か直接同館へ

◆本の福袋2019・新春 図書館スタッフお薦めの本3冊を福袋にして貸し出します。思いがけない本との出会いが楽しめます。利用券をお持ちください。先着50人 1月5日(土)午前9時から。無くなり次第終了

◆電話de詐欺防犯講座 還付金詐欺などの被害を防ぐための講座。先着40人 1月2日(土)午前11時～正午 1月5日(土)午前9時から電話か直接同館へ

勝田台図書館☎484-4946 ◆新春!ガチャ本おみくじ おみくじで出た番号の袋に入った2冊の本を貸し出し。袋の中は借りてからのお楽しみ。利用券をお持ちください。先着50人 1月5日(土)午前9時から。無くなり次第終了

1月1日～3日の休日当番医と受診案内

年始の日中、急に具合が悪くなったときは、初めに下記の当番医で受診してください。当番医は変更になる場合がありますので、市ホームページ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。

【診療時間】午前9時～午後5時(昼休みあり) ※時間外は「夜間・休日急病診療」を参照。

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)	歯科	ほりうち歯科/緑が丘2-2-9 第2秋葉ビル2階	458-1248
	歯科	水谷歯科診療所/ゆりのき台5-21-1	486-8868
	外科	セントマーガレット病院(外)/上高野450	485-5111
	内科	セントマーガレット病院/上高野450	485-5111
1/3 (木)	その他	あべこどもクリニック/勝田台北1-8-7 KEIYUビル2階	487-0415
	その他	セントマーガレット病院(皮)/上高野450	485-5111
	歯科	八千代台歯科医院/八千代台西3-4-6	485-6055
	歯科	みどりかわ歯科/村上南1-21-5 キャスルテナント207	482-6164
	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
1/3 (木)	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
	歯科	森歯科クリニック/八千代台北12-1-13	483-3000
1/3 (木)	歯科	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】
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・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

1月の相談案内

※祝日はお休みです。

相談内容	相談場所	相談時間	予約制
ふれあい相談	火・木曜日	13時～16時	13時～16時
心配相談	火・木曜日	13時～16時	13時～16時
生活困窮・成年生活に関する相談	月～金曜日	9時～17時	9時～17時
緑の相談	月～金曜日	10時～15時	10時～15時
消費生活相談	月～金曜日	13時～16時	13時～16時
高齢者総合相談	月～金曜日	8時30分～17時	8時30分～17時
福祉総合相談	月～金曜日	8時30分～17時	8時30分～17時
子どもの総合相談(0～18歳)	月～金曜日	8時30分～17時	8時30分～17時
に青年の相談	月～金曜日	9時～16時	9時～16時
教育相談	月～金曜日	9時～16時	9時～16時
適応支援相談	月～金曜日	9時30分～17時	9時30分～17時
ことばと発達相談	月～金曜日	9時～17時	9時～17時
成人の健康相談	月～金曜日	8時30分～17時	8時30分～17時
女性こころの相談	火・木曜日	9時～16時	9時～16時
ご本人の悩み相談	10日(木)	13時～16時	13時～16時
地域職業相談室	月～金曜日	9時～17時	9時～17時
職業相談室(1階)	月～金曜日	9時～17時	9時～17時
住宅耐震診断	16日(水)	10時～16時	10時～16時
行政相談	21日(月)	13時～16時	13時～16時
登記・測量相談	18日(金)	13時～16時	13時～16時
行政書士相談	10日(木)	13時～16時	13時～16時
予約制	17日(木)	13時～16時	13時～16時
交通事故相談	9日(水)	10時～15時	10時～15時
法律相談	28日(月)	9時30分～15時	9時30分～15時
※1案件につき1回限り	29日(火)	9時30分～15時	9時30分～15時
4日(金)	15日(火)	9日(水)	9日(水)
8日(火)	18日(土)	9日(水)	9日(水)
9日(水)	22日(火)	9日(水)	9日(水)
11日(金)	25日(日)	9日(水)	9日(水)

生活安全課 予約制以外の各種相談は当日受け付け。8時30分から電話か直接窓口で申し込み(先着順)

市役所 ☎483-1151 (代表)