

# 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



## ことばと発達の相談室をご利用ください

ことばが遅い、発音がおかしい、落ち着きがない、耳の間こえが心配、吃音があるなど、お子さんのことで心配されていませんか。ことばと発達の相談室では、就学前のお子さんを対象に、言語聴覚士や心理士が相談に応じます。相談時間は、月曜～金曜日の午前9時～午後5時。お問い合わせは、ことばと発達の相談室☎486-9887へ。

## 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 8月8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 はじ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を。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

●28日(日)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(八千代中央ライオンズクラブ主催)  
●8月1日(木)午前10時～午後0時45分・午後2時～4時30分、市役所(八千代市献血推進協議会主催)

**けんこうかんりコーナー**  
No.535 **スポーツファーマシストも活躍中!**  
東京2020オリンピック・パラリンピックがいよいよ近づいてきましたね。千葉県内にも会場がありますから、観戦に行かれる方も多いのでは?  
さて、昨今いろいろ問題になっているドーピング。薬の力を借りて不正に能力を高めたりする卑怯な行為が、昔から後を絶ちません。ただ、そんなつもりはなくても、風邪薬を飲んだだけでドーピングになってしまうケースがあります。アスリートが服用してはいけない成分が、一般的に売られている薬などにも入っているからです。これを「うっかりドーピング」と言います。「うっかり」でもドー

## 定期予防接種はお済みですか

児童・生徒対象年齢相当の定期予防接種をまだ受けていない人は対象年齢や接種回数などを確認のうえ、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)での接種ができません。

▶ワクチン名・回数/対象年齢 ①日本脳炎2期・1回/通常9歳～13歳未満、②日本脳炎特例対象者・通常の定期予防接種回数4回のうちの不足分/平成7年4月2日生～平成19年4月1日生で20歳未満の人、③2種混合(ジフテリア・破傷風)・1回/11歳～13歳未満、④子宮頸がん予防ワクチン・3回/小学校6年生～高校1年生相当の女子 \*子宮頸がん予防ワクチンの接種は、積極的に勧めていません。有効性と接種による副反応がおこるリスクを十分理解したうえで、医師とよく相談を。

予防接種予診票は、対象の人に個別に通知します。ただし、日本脳炎特例の対象者で接種が済んでいない人は、予診票を送りますので、母子保健課に連絡してください。7歳6か月未満の定期予防接種については、市HPまたは母子保健課へお問い合わせください。

## 「かむ子・のびる子・元気な子」健康かみかみ弁当を募集

千葉県歯科衛生士会で「健康かみかみ弁当」の作品を募集します。応募方法など詳しくは、8月30日(金)までに電話で母子保健課へ問い合わせるか、県歯科衛生士会のHPをご覧ください。

八千代市薬剤師会  
こだま薬局 早川昇

ピングはドーピングですから同じように処分の対象になってしまいます。こうしたことからアスリートを守るのが、スポーツファーマシストです。薬剤師の中でも、特にドーピング問題に精通した人たちは、「大会直前に風邪をひいてしまった!」「痛みが続いて演技ができない」などお薬が必要なときに、どのお薬なら安心して服用できるのかをサポートします。ジュニアの選手への啓発活動や、実際のドーピング検査のときのお手伝いなどもしています。アスリートの皆さん、ぜひかかりつけスポーツファーマシストを持ちましょう!

# 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。



勝田台公民館☎485-5202

◆夏休み親子木工教室「コーナーラック」①② 木工品を作る楽しさを感じながら、親子の触れ合いを深めます。市内在住の小学生とその保護者対象。各回先着8組。筆記用具、金づち、飲み物持参 ☎8月8日(木)①午前9時～正午、②午後1時～4時 ☎400円 ☎7月16日(火)午前9時から電話か直接同館へ

◆ジュニア・スポーツウエルネス吹矢講座 吹矢式腹式呼吸法で丹田を鍛え、集中力を養います。市内在住の小学生～中学生対象。先着10人。上履き、飲み物、マウスピースのある人は持参 ☎8月19日(月)・20日(火)・24日(土)午前10時～正午 ☎7月16日(火)午前9時から電話か直接同館へ

◆知って得するザ・ファミリー講座「パート(I)福祉と環境」認知症サポーター養成講習と清掃センターの見学など。市内在住の小学4年～中学生とその保護者対象。先着15組。バス送迎あり。筆記用具持参 ☎8月22日(木)午前9時～午後1時 ☎7月16日(火)午前9時から電話か直接同館へ

◆夏休み水彩画教室 夏休みの思い出を水彩で描く楽しさを学ぶ。市内在住の小学生対象。先着20人。絵の具セット、鉛筆、消しゴム、思い出の写真など絵の題材になる物、画用紙持参 ☎8月23日(金)午前10時～正午 ☎7月16日(火)午前9時から電話か直接同館へ

八千代台公民館☎483-5553 ◆調べてみようDNA子ども講座 身近な食品からエタノールや食塩、台所洗剤などを使って、DNAを抽出。DNAが物質で、細胞から取り出せることを学びます。市内在住か在学の小学4年～6年生対象。先着16人。筆記用具、飲み物持参 ☎8月28日(水)午後1時30分～3時30分 ☎7月16日(火)午前9時から電話か直接同館へ

◆子ども科学教室・全2回 秀明大学環境科学サークルと共催で、宙に浮くコマや不思議な万華鏡を作りながら分かりやすく科学を学びます。市内在住か在学の小学5年～中学3年生対象。抽

選12人。筆記用具、飲み物持参 ☎8月17日(土)・31日(土)いずれも午後1時30分～3時30分 ☎7月16日(火)午前9時から電話か直接同館へ

◆夏休み親子はたおり講座 伝統的なはたおり機を使い、裂いた布を織り込んで小さな敷物を作ります。市内在住か在学の小学生とその保護者対象。先着5組。筆記用具、飲み物持参 ☎8月27日(火)午前9時・10時・11時・午後1時・2時(受付時に連絡) ☎1,000円(材料費) ☎7月16日(火)午前9時から電話か直接同館へ

八千代台東南公民館☎485-4811 ◆夏休み子ども宿題お助け教室(A・Bコース) 夏休みの宿題や分からないところを、お兄さんお姉さんがみてくれます。市内在住の小学生対象。各コース先着20人。夏休みの宿題、教材、筆記用具、飲み物持参 ☎Aコース/8月19日(月)・20日(火)・21日(水)、Bコース/8月23日(金)・26日(月)・27日(火)いずれも午前10時～正午 ☎7月16日(火)午前9時から電話か直接同館へ

◆夏休み読書感想文教室 読書感想文の正しい書き方を学びます。市内在住の小学3年～6年生対象。先着16人 ☎8月2日(金)午前10時～正午 ☎7月16日(火)午前9時から電話か直接同館へ

緑が丘公民館☎489-4919 ◆夏休み子ども教室「竹細工で四海波かご作り」竹で四海波かごを作ります。市内在住の小学生対象(小学4年生以下は保護者同伴)。先着10人。雑巾、新聞紙、筆記用具、30cm定規、飲み物、作品を入れて持ち帰る袋を持参 ☎8月1日(木)午前9時30分～正午 ☎50円(材料費) ☎午前9時から電話か直接同館へ

◆夏休み子ども教室「読書感想文を書いてみよう」 緑が丘図書館職員から読書感想文の書き方を学びます。市内在住の小学生対象。先着15人 ☎7月30日(火)午前10時～正午 ☎7月16日(火)午前9時から電話か直接同館へ

大和田図書館☎482-3240 ◆ぬいぐるみおとまり会 ぬいぐるみが図書館に2泊した様子を撮影し、アルバムを作ります。3歳～小学生とその保護者対象。先着6組 ☎7月25日(木)午後4時～4時30分、アルバム作成は7月27日(土)午前10時～11時30分 ☎午前9時から電話か直接同館へ

**事業者の皆様! 仕入税額控除の方式が変わります!**

2019年10月1日から消費税・地方消費税の軽減税率制度がスタート。全ての事業者の方に関係があります。レジ導入などに対する補助金もあります。

8% 10%

請求書 帳簿

詳しくはこちら  
軽減税率 国税庁 検索

時30分～11時30分。受講料(3000円消費税別)。基礎講座を受講した人の中から先着10組。飼犬同伴、②譲渡会 成犬・成猫を譲渡。8月1日(木)、9月5日(木) 13時30分～15時、③飼主さまがしの会 犬・猫を欲しい人、あげたい人の出会いの場。7月17日(水)、8月21日(水)、9月18日(水)13時30分～15時、④どうぶつふれあい広場 同支所近隣在住の5歳～小学6年生とその保護者対象。先着15組。7月20日(土)10時～12時

■北千葉広域水道企業団職員募集(地方公務員) 令和2年4月1日採用。職種は電気、水質、土木(経験者)、電気(経験者)。各1名程度。詳しくは同企業団ホームページか総務調整室☎047(345)3211へ

■多様な人材採用支援セミナー 女性、テレワーカー、派遣スタッフなどの人材活用やSNSの活用により、人材不足の課題解決にアプローチ。経営者、人事労務担当者など対象。8月23日(金)、9月4日(水)14時～16時30分。船橋市役所7階705会議室。問い合わせは船橋市経済部商工振興課☎(436)2477 ☎(436)2466へ

■千葉県就農相談フェア 雇用の受入希望がある県内の農業法人と個人農家が、農業法人などで働くことに興味がある人の相談に応じます。8月3日(土)10時～16時、蘇我コミュニティセンター。予約不要。問い合わせは公益社団法人千葉県園芸協会☎043(223)3008へ

■習志野駐屯地「夏まつり」ステージイベントや花火、資料館「空挺館」の開放。8月3日(土)13時～21時、習志野駐屯地。同広報室☎(466)2141

■秀明大学女子水球部で国際親善試合 2019年オーストラリアリーグの優勝チーム「Queensland Thunder」と同年のユースオーストラリア選手権で3つのカテゴリーで優勝した「Mermaids Water Polo Club」を招待。国際親善試合を行います。8月10日(土)10時試合開始(9時30分開場)。秀明大学ウォーターポロアリーナ(八千代市大学町1-1)。問い合わせは同大学・岡田☎(488)2134へ