



### 子宮頸がん集団検診(前期)

対象年齢であれば事前申し込みをしない方でも、当日受診することができます。受付時間内にお越しください。ただし、定員数に達した場合は受診することができませんのでご了承ください。

当日でも受診できます!

日時 5月9日(土)、11日(月)、12日(火)、15日(金)、27日(水)、6月10日(水)、12日(金) いずれも午後2時15分~2時30分受付 ※5月8日(金)は当日受診できません。

場所 保健センター(湖北台1の12の16)

内容 問診と子宮頸部細胞診 ※生理をさけて受診してください

対象 20歳以上の女性(平成8年3月31日以前に生まれた方)

費用 600円

※駐車スペースが少ないため、駐車場が大変混雑します。当日は、公共交通機関をご利用されるようお願いいたします。

☎ 健康づくり支援課 ☎7185-1126

### 5月12日(火)は「民生委員・児童委員の日」

民生委員・児童委員は、民生委員法および児童福祉法に基づき厚生労働大臣が委嘱している無償のボランティアです。任期は3年で、我孫子市では179人(うち主任児童委員14人)が委嘱されています。

民生委員・児童委員は一人一人が担当区域を持ち、市役所の福祉関係部門などと連携して地域に根ざした相談支援活動を行っています。また、政治的中立とその職務で知り得た秘密を守ることが法律で義務付けられていますので、どなたでも安心してご相談いただけます。

### 失語症会話 パートナー 養成講座

失語のある人の社会参加やコミュニケーションの支援を行うための失語症会話パートナーを養成します。日時 5月30日(土)午後1時~5時

### 失語症 家族教室

失語に関する悩みごとの相談、家族間の交流や情報交換、失語の知識や会話技術の講習と実習。日時 5月28日(木)午後2時~4時

### 第25回 県民が集う「看護の日」

日時 5月16日(土)正午~午後2時

「世界禁煙デー」は、WHO(世界保健機関)が喫煙者に対して24時間喫煙を控えるよう呼びかけるとともに、各国の政府・自治体・諸機関・個人に対して、喫煙と健康問題についての認識を深め、適切な対策の実践を求める日です。

たばこは、吸う人自身だけでなく、まわりの人の健康にも重大な影響を及ぼします。

受動喫煙は、子どもの低身長や呼吸器疾患、乳幼児突然死症候群(SIDS)発症などに影響を及ぼすことがあるため、子どものいる家庭は特に注意が必要です。

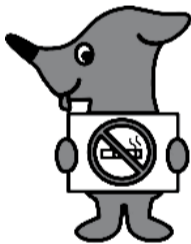
たばこに含まれる「ニコチン」には依存性があり、自分一人では禁煙が難しい場合があります。喫煙本数が多い人、過去に禁煙して禁断症状が強かった人などは、医療機関での禁煙外来をお勧めします。

#### 市内で禁煙治療を保険で受けられる医療機関

医療機関名・住所	電話番号
根戸クリニック(根戸1747の6)	7190-5705
一瀬医院(つくし野6の1の7)	7185-2321
ほりこし内科循環器科(我孫子1の1の22 3階)	7181-3226
わたなべファミリークリニック(我孫子2の3の2 1階)	7183-1132
ほしの脳神経クリニック(我孫子4の43の17)	7182-7171
天王台依田内科クリニック(天王台2の2の1)	7184-2221
我孫子聖仁会病院(柴崎1300)	7181-1100
あびこ診療所(柴崎台2の1の3)	7181-7007
わくい泌尿器科医院(柴崎台2の8の19)	7185-0911

☎ 健康づくり支援課 ☎7185-1126

### 5月31日(日)は世界禁煙デーです



### 5月 各種健診と健康教室

◎乳幼児の各種健診・相談・教室 ◎は予約制です。☎ 健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126

項目	日程	対象・内容など
あいわせママパパ学級	2・16・30日(土)	妊娠20週以降の妊婦とその夫、ご家族の方
4か月児相談	13日(水)・19日(火)	平成26年12月生まれ
育児相談(乳幼児の育児)	8日(金)・27日(水)	子育て支援センター「ここに広場」、先着10人
1歳6か月児健康診査	21・28日(木)	平成25年9月21日~10月31日生まれ
2歳8か月児歯科健診	26日(水)	平成24年9月生まれ
3歳児健康診査	14日(木)	平成23年10月11日~10月31日生まれ
5歳児健康診査	26日(水)	平成22年5月生まれ
離乳食教室(4~6か月児向け)	29日(金)	乳児の保護者、先着30人
後期離乳食教室(8~9か月児向け)	20日(水)	平成26年8月生まれ、先着20人
食事・栄養相談	随時	全年齢対象・電話相談可

#### ◎心の健康に関する教室

場所 保健センター ☎ 障害福祉支援課・内線421

教室名	日時
アルコール教室	1日(金)14時30分~16時
心の健康クラブ	18日(月)14時~16時

#### ◎デイケア・クラブ

時間 午前10時~11時30分 ☎ 障害福祉支援課・内線381

教室名	日時
あびこ	27日(水)アピスタ
こほり	13日(水)湖北台東小学校

#### ◎遊具うんどう教室

時間 午前10時~11時 ☎ 高齢者支援課 ☎7185-1112

開催日	場所
13日(水)	布佐南公園 *雨天中止
19日(火)	湖北台中央公園 *雨天中止
15日(金)	天王台西公園 *雨天中止

### 健康メモ 366 日々の生活と健康について

もともと健康な人々が自宅のある近隣の方たちと共に協調し、助け合い、楽しく、笑みを浮かべながら生活していけるのが、健全な地域での生活と言えるのではないのでしょうか。リラックスできる素敵な地域に住み、健康を維持し、心をひろげ、地域の方々との交流を保つでしょう。

☎ 健康づくり支援課 ☎7185-1126

●休日・夜間に病気になったら:○消防署(☎7184-0119)に電話をしてください。休日・夜間救急病院、小児救急病院をご案内します。案内された病院に行く場合は、症状やけがの状態を病院に直接電話してから受診してください。※緊急の場合は迷わず☎119へ電話をしてください。※休日や深夜などの診察料は、割高になります。休日は日曜、祝日、年末年始