



ファミリーサポートセンター 提供会員を募集

ファミリーサポートセンターは、子育てを手助けしてほしい方(利用会員)と子育てのお手伝いができる方(提供会員)が互助活動を行う組織です。

提供会員として、子育て中の家族を援助して下さる方を随時募集しています(年齢・性別・資格・経験は不問)。※活動前に講習会(下記参照)を受講

援助内容 保育、送迎、休日保育、病児・病後児保育ほか

活動時間 午前6時～午後10時のうち活動可能な時間

報酬 子ども1人・1時間あたり ◎平日…700円◎土・日曜日、祝日、年末年始…900円◎病児・病後児保育…1000円(平日午前7時～午後8時)※兄弟・姉妹割引あり(2人目以降は半額)

◎講習会日程

- ①日時 10月4日(金)午前9時～午後5時 場所 天王台北近隣センター
内容 オリエンテーション・事業概要、保育の心、身体の発育と病気・看護の基礎知識・虐待
- ②日時 10月18日(金)午前9時～午後5時 場所 天王台北近隣センター
内容 子どもの世話、交通安全、子どもの事故と安全・処置法、アレルギー、子どもの遊び
- ③日時 11月9日(土)午前9時～正午 場所 消防本部
内容 普通救命講習Ⅲ
- ④日時 11月15日(金)午前9時～午後5時 場所 天王台北近隣センター
内容 心の発達とその問題、子どもの栄養と食生活、閉講式・活動案内など

入会方法・費用 電話後、入会金500円・顔写真2枚(縦3cm×横2.5cm)・印鑑を持参。ファミリーサポートセンター(アビイクオーレ2階(イトーヨーカドー我孫子南口店)) ☎7186-4161(月～土曜日午前9時～午後6時)



小児インフルエンザ予防接種 費用の一部助成を開始

対象 接種日に生後6カ月～小学6年生の方

接種期間・回数 令和2年1月31日(金)まで※2回まで

助成額 1回1500円(生活保護受給世帯の方などは4000円上限)

接種方法 市内契約医療機関に予約の上、接種してください。医療機関への支払いは助成額を差し引いた額です。契約医療機関以外で接種を希望する方は健康づくり支援課へご連絡ください。※接種費用は医療機関によって異なります。

持ち物 健康保険証などの住所・氏名・生年月日が確認できるもの、接種費用、予診票(9月中に市内保育園・小学校から配布。お手元がない方は市ホームページからダウンロードまたは医療機関に設置してある予診票をご使用ください)

☎ 健康づくり支援課 ☎7185-1126



特定健康診査(集団)の当日受診を実施

定員枠に余裕があるため、事前申し込みをしていない方でも受診することが可能となりました。※各日定員枠に達した場合は受診できません。

日にち	受付時間	場所
10月9日(水)	14時15分～15時	保健センター
10月24日(水)	11時～11時30分	市民プラザ
	14時15分～15時	
10月26日(金)	11時～11時30分	保健センター
	14時15分～15時	

内容 身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査(50歳以上の男性には前立腺がん検診、受診歴のない方には肝炎ウイルス検診が追加)

対象 40歳以上(昭和55年3月31日以前に生まれた方)で受診日に我孫子市の国民健康保険に加入している方

注意事項 ①我孫子市の国民健康保険に加入中の方のみを対象とした健診です。当日、資格の確認を行いますので、国民健康保険被保険者証を必ずお持ちください。②午前中に受診する方は健診前10時間は水・お茶以外の飲食物はとらないでください。午後に受診する方は朝食を軽くとり、受診までできるだけ水・お茶以外の飲食物はとらないでください。③健診の前日は飲酒や激しい運動は控えましょう。④受診日前にご連絡いただければ、事前に受診券などを用意しますので、当日スムーズに受診することができます。

費用 600円(前立腺がん検診は500円、肝炎ウイルス検診は200円別途追加)※無料になる場合もあります。詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎・☎ 健康づくり支援課 ☎7185-1126



胃がん検診(胃内視鏡検査)の申込受付中

胃がん検診(胃内視鏡検査)は市への申し込みが必要です。集団検診の胃がん検診(胃部エックス線(バリウム)検査)とどちらか一方しか受診できません。

対象 令和2年3月31日時点で50歳以上で偶数年齢の方

検診間隔 2年に1回※今年度胃内視鏡検査を受診した場合、来年度胃がん検診は受診できません。

実施期間 令和2年1月31日(金)まで

自己負担金 4500円(自己負担金が減免される方は3000円)

申込・実施方法 10月31日(水)必着で、保健センター窓口・はがき・封書・ちば電子申請サービス(QRコード参照)に住所・氏名・生年月日・電話番号・「胃内視鏡検査」を希望する旨を明記。随時、申込者へ受診券を発送します。契約医療機関(送付する受診券に記載)に予約して受診してください。

※集団検診の胃がん検診「胃部エックス線(バリウム)検査」の受診券をお持ちの方で、胃内視鏡検査に変更を希望する方は、お手持ちの受診券を同封の上、封書でお申し込みください。※連名、電話・ファクスでの申し込みは不可。※市の各種健(検)診の詳細は、市ホームページをご覧ください。

☎・☎ 〒270-1132湖北台1の12の16健康づくり支援課 ☎7185-1126



10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	5・12・19日(土)	妊娠20週以降の妊婦とその夫、ご家族の方
育児相談(乳幼児の育児)	2・23日(水)	子育て支援センター「にこにこ広場」、先着10人
	30日(水)	保健センター
4カ月児相談	8・15日(水)	令和元年5月生まれ
1歳6カ月児健康診査	17日(水)	平成30年3月2日～3月27日生まれ
2歳8カ月児歯科健診	31日(水)	平成29年2月生まれ
3歳児健康診査	3・10日(水)	平成28年3月1日～4月15日生まれ
5歳児健康診査	31日(水)	平成26年10月生まれ
離乳食教室(4～6カ月児向け)	25日(金)	乳児の保護者先着30人
後期離乳食教室(8～9カ月児向け)	16日(水)	平成31年1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	4日(金) 14時30分～16時
心の健康クラブ	21日(月)14時～16時

◎デイケアクラブ

時間 午前10時～11時55分
☎ 障害福祉支援課・内線381

開催日	場所
18日(金)	障害者福祉センター

◎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
9日(水)	布佐南公園 *雨天中止
15日(火)	湖北台中央公園 *雨天中止
18日(金)	天王台西公園 *雨天中止



在宅医療

No. 415

在宅医療が注目されている背景の1つに人口構成の高齢化があります。我孫子市も決して例外ではなく、65歳以上の高齢化率は全国平均を超える30%となっています。ご家庭によっては、老々介護となり十分な医療を受けられていないケースも見受けられます。在宅医療は、病院やクリニックへの通院が難しくなった方に対して適応があり、さまざまな専門職がチームとなってご自宅での生活をサポートします。在宅医療の一番のメリットは、住み慣れた環境で『自分らしい療養生活』が送れることではないでしょうか。ご自宅での療養生活を支えるため、その方に合ったケアプランを、ケアマネジャーがご家族と相談しながら作成します。作成したケアプランは病状に応じて変更することも可能です。在宅医療は、介護者の疲労に対するサポートも大切であり、介護疲労軽減のために「ショートステイ」や一時的にお預かりする「レスパイト入院」の利用もできます。在宅医療のご相談やお悩みなどありましたら、お近くの高齢者なんでも相談室やかかりつけ医へご相談ください。我孫子つくし野病院 副院長 池亀翔

☎ 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。※JAとりで総合医療センターにおける23時から翌朝8時30分までの小児救急は基本的に重症患者に限定されます。※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。休日は日曜日、祝日、年末年始