



総合相談窓口(子ども相談課)
市では、子ども相談員が18歳までのお子さんに関するあらゆる相談に対応する相談窓口を設置しています。お気軽にご相談ください。

子ども相談課 ☎7185-1182
1821、児童相談所全国共通ダイヤル ☎189、柏児童相談所 ☎7131-1717

虐待は子どもに発育・発達の遅れなど身体症状が現れたり、情緒が不安定になる、自分の感情がコントロールできない、キレやすいなど、心に深刻な影響を与えたりすることがあります。成長するにつれ他人とのコミュニケーションがうまく取れず、極度の自己嫌悪や自殺願望、家庭内暴力、アルコールや薬物依存に結びつくこともあります。中には、親から子に「虐待の世代間連鎖」を引き起こすこともあります。何よりも子どもの生命を奪ってしまうこともありま

す。子どもの虐待には、身体的虐待・性的虐待・ネグレクト(養育放棄)・心理的虐待の4種類がありほとんどの場合、重複して起こっています。未来ある子どもたちが安全に健やかに成長できるように地域みんなで子どもへの虐待を防ぎましょう。

11月は児童虐待防止推進月間です

さしのべて あなたのその手 いちはやく

「おかしい」と感じたら 189通報を…

日時 11月25日(金)午後1時30分～3時30分
場所 近隣センターこもれびホール
内容 認知症への理解を深め、地域での支援につながるサポーターを養成する講座

定員 先着50人
申込 11月21日(月)までに電話で天王台地区社会福祉協議会 ☎7131-9009 (祝日、第2・4火曜日を除く) 平日午前9時～午後4時、天王台地区高齢者なんでも相談室 ☎7182-1410 (祝日を除く) 平日午前8時30分～午後5時

認知症サポーター養成講座

がん検診 胃がん集団検診(後期) 当日受診のお知らせ

事前申込をしていない方でも、対象年齢であれば当日受診することができます(前回の検診から、6カ月以上あけてください)。定員数に達した場合は受診できませんのでご了承ください。

日 11月7日(月)・9日(水)・11日(金)・12日(土)・14日(月)・15日(火)・16日(水)・28日(月)・29日(火)・30日(水)、12月2日(金)
※11月2日(水)・12月5日(月)の当日受付はありません。

受付時間 午前10時15分～10時30分
場所 保健センター※駐車スペースが少ないため、公共交通機関をご利用ください。
検査方法 問診と胃部レントゲン検査
対象 40歳以上の方(昭和52年3月31日以前生まれ)※当日朝食された方は受診できません。
費用 900円

◎次の方は受けられません ①1年以内に医療受診・職場での検診・人間ドックなどで、胃カメラ・胃バリウム検査を受けた方②胃の自覚症状のある方(胃の痛み、胸やけ、吐き気など)③胃腸の病気で治療中・経過観察中の方、もしくは病気を指摘されたが治療を中断している方④2カ月以内に大腸の手術をされた方(腸の手術、ポリープ切除など)⑤バリウム検査で過去に体調を崩された方(胃の強い不快感、強い排便困難、腹痛など)⑥過去1年以内に開腹手術や整形外科の手術をされた方⑦過去1年以内に心筋梗塞や脳梗塞を発症したことのある方⑧腸閉塞の既往がある方⑨便秘症で3日以上排便がない方⑩腎臓病(人工透析)などで水分制限を受けている方⑪ペースメーカー使用の方で主治医の確認がない方⑫自力で立位を保持することができない、体位変換ができない、自分の腕で体を支えることができない方⑬妊娠中またはその可能性のある方

申込 健康づくり支援課 ☎7185-1126

各種検診 対象の方はお早めに! 脳ドック事業をご利用ください

市ではMRIおよびMRAを含む検査(以下「脳ドック」)を受診した際の費用の一部を負担し、脳血管疾患や認知症などの早期発見を目的とした脳ドック事業を実施しています。終了間際は混雑し、予約が取れないこともありますので、対象年齢で受診を希望する方は、お早めに実施医療機関にご予約ください。

受診期限 平成29年3月31日(金) **内容** MRIとMRA検査を同時に実施したもの
対象 4月1日～平成29年3月31日までに40歳以上で5の倍数の年齢に達する方(年齢上限なし)。※自覚症状のある方、脳血管疾患で治療中の方は対象外です。
実施医療機関 我孫子東邦病院 ☎7182-8166、名戸ヶ谷あびこ病院 ☎7157-2233、ほしの脳神経クリニック ☎7182-7171、平和台病院(予防医療センター) ☎7189-1119

受診方法 各医療機関に必ず予約してください。医療機関窓口で誓約書兼同意書を記入し、本人確認書類(健康保険証・運転免許証など)を提示。
助成額 1万円(医療機関窓口で、助成額を差し引いた自己負担額をお支払いください。検査項目や内容により医療機関ごとに費用が異なりますので、予約の際にご確認ください) **申込** 健康づくり支援課 ☎7185-1126

対象者の生年月日一覧表(年齢は平成29年3月31日時点)

40歳	昭和51年4月1日～52年3月31日	65歳	昭和26年4月1日～27年3月31日
45歳	昭和46年4月1日～47年3月31日	70歳	昭和21年4月1日～22年3月31日
50歳	昭和41年4月1日～42年3月31日	75歳	昭和16年4月1日～17年3月31日
55歳	昭和36年4月1日～37年3月31日	80歳	昭和11年4月1日～12年3月31日
60歳	昭和31年4月1日～32年3月31日	85歳	昭和6年4月1日～7年3月31日

11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。
申込 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・19・26日(出)	妊娠20週以降の妊婦とその夫、ご家族の方
4カ月児相談	1・8日(火)	平成28年6月生まれ
育児相談(乳幼児の育児)	2日(水)・11日(金)	子育て支援センター「ここに広場」、先着10人
1歳6カ月児健康診査	10・17日(木)	平成27年3月21日～4月30日生まれ
2歳8カ月児歯科健診	22日(火)	平成26年3月生まれ
3歳児健康診査	24日(木)	平成25年4月11日～4月30日生まれ
5歳児健康診査	22日(火)	平成23年11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)	18日(金)	平成28年2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
申込 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
申込 障害者福祉センター ☎7185-1124

教室名	日・所
あびこ	30日(水)アピスタ第2学習室
こほり	9日(水)外出・我孫子駅改札集合

◎遊ぼう教室
時間 午前10時～11時
申込 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)	湖北中央公園 *雨天中止
18日(金)	天王台西公園 *雨天中止

健康メモ 383 大人の歯(第一大臼歯)の重要性

歯は、食事やおやつの際に、食べ物を細かく噛み砕いて消化しやすくする役割はもちろん、「発音を助ける」「表情を作る」「体の姿勢やバランスを保つ」「ものを噛むことで脳に刺激を与える」など、私たちの毎日の暮らしに不可欠な役割も担っています。第一大臼歯(前歯から数えて6番目の奥歯)は、永久歯の中で一番大きく、噛む力も一番強い、噛み合わせの基本になる大切な歯です。しかし、むし歯になりやすい歯でもあるため、生えてきたら積極的なむし歯予防が必要です。第一大臼歯がむし歯になりやすい理由としては、奥に生えるため、歯みがきが難しいこと、生え揃ってから上下の歯がかみ合うまでに1年～1年半ほどかかり、その間に汚れがたまりやすい状態が続くこと、噛み合わせの溝が複雑で汚れがたまりやすいことが挙げられます。

正しい歯みがきと歯ブラシやデンタルフロスなど、正しいアイテム選びで歯をいつまでも健康に保ちましょう。

申込 (一社)我孫子市歯科医師会 ☎7165-5006

●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