

市の健(検)診・予防接種の医療機関

追加について

◎追加医療機関 並木七丁目診療所(平成25年6月開院) (並木7の1の32 ☎7184-18176)

内容 長寿健康診査(節目年齢の頸動脈超音波検査も実施)、肝炎ウイルス検査、前立腺がん検診、大腸がん検診、乳幼児・小学生以上の予防接種(BCG、ヒブ、小児用肺炎球菌、百日ぜきジフテリア破傷風混合(DPT)1期、百日ぜきジフテリア破傷風ポリオ混合(DPT-IPV)1期、不活化ポリオ、麻しん風しん混合(MR)または麻しん、風しん1期・2期、日本脳炎1期・2期、ジフテリア破傷風混合(DT)2期)
◎健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126

ネイチャーイン 楽夏の夜の観察会

(余タルと鳴く虫観賞)

日時 7月27日(土)午後7時~8時30分(雨天中止)
集合・解散場所 東我孫子駅南側広場 ※車での来場はご遠慮ください
内容 岡発戸・都部の谷津ミュージアムのホタル・アカガエルの里でヘイケボタルの観賞と夏の鳴く虫の声を聞きます。
定員 先着50人(要申込)
費用 無料
持ち物 懐中電灯、タオル、虫よけスプレー※長袖・長ズボン・汚れてもいい靴で
◎手賀沼課・内線468

8月24日(土)開催

第6回 あびこカップまつり 参加者を募集!

◎カップダンス発表会 発表場所 駅前大通り第二ステージ
内容 ジャンル不問。曲はカップダンスシヨートバージョン(約2分)を使用。
対象 市内在住または在勤以下の団体は保護者同伴)
締切日 8月10日(土)
◎子どもヒルクライム
時間 午後1時~2時30分
場所 手賀沼公園坂通り
内容 坂道を自転車で行くのが、低・中・高学年の4クラス制
※各学年別先着順。小学3年生までは保護者同伴。
参加費 無料(要申込)
◎河童音頭大行進、カップパ飯装コンテスト参加者
時間 午後4時30分~6時

内容 我孫子駅から手賀沼公園まで河童音頭を踊りながら行進。※河童音頭無料講習会あり。
◎ボランテア
時間 午前9時~午後10時
内容 受付や運営、設置準備や片づけ、売り子など。
対象 高校生以上
締切日 7月25日(木)
事前説明会 7月28日(日)午前11時~正午
◎共通
◎申込書(ホームページに用意)に記入のうえ、ファクス、Eメール。 ☎7182-9738、☎kappa@abikosesubic.comあびこカップまつり実行委員会事務局 ☎080-6652-9229、
☎「あびこカップまつり」で検索

認知症の方の「いほく」

日時 7月26日(金)午後1時30分~3時30分
場所 保健センター
内容 認知症についての介護方法や日ごろの悩みなどについて情報交換。
今月は、「認知症の人の家族の会千葉支部」から世話人の方をお招きし、実際の介護経験を元にお話しを伺います。
対象 認知症の方を介護している家族・介護経験者
参加費 無料
◎高齢者支援課 ☎7185-1112

生涯1回は肝炎ウイルス検査を受けましょう!

7月28日は世界肝炎デーです

B型肝炎・C型肝炎は感染していても症状が現れにくく、病気の発見が遅れがちです。放置しておくと病気が進行し、慢性肝炎になることもあります。早期発見のためには、感染の有無を確認する肝炎ウイルス検査が必要です。市の検診以外にも人間ドックや妊婦健診、内視鏡検査などで実施していることもあります。ぜひご自身の健(検)診結果を見て、肝炎ウイルス検査を受けているか確認して

できることから はじめましょう

電気使用量を減らすために

◎電気使用量を減らすために心がけること
◇冷房を入れるのは28℃を目安に。◇エアコンのフィルターは、こまめに清掃する。◇レースのカーテンやすだれ、緑のカーテンなどで日差しをカットする。◇扇風機を活用する。◇室外機の周りにはなるべく物を置かないようにする。◇部屋の照明は、こまめに消灯する。◇観ていないテレビは消す。◇冷蔵庫の扉は開閉を少なくし、開けている時間を短くする。◇洗濯物は、まとめて洗いで。
※暑さが厳しいときは、無理せずエアコン等を使い、こまめに水分をとり、熱中症に気をつけてください。
◎手賀沼課・内線468

「朝食」の作品を募集

市では、親子で朝食の重要性について考える機会をつくり、バランスのよい朝食を毎日食べる子どもを増やすことを目的として、朝食レシピコンクールを実施します。
応募作品の条件 応募者が1人で短時間(1時間以内)に作る事ができる、主食・主菜・副菜がそろった、または兼ねた朝食レシピ
応募資格 市内在住の小学3年生~中学3年生
表彰 最優秀賞、優秀賞、特別賞。受賞者には、賞状と副賞(図書カード)を贈呈 ※受賞者には10月中旬ごろに連絡します。受賞作品は、広報あびこやホームページで紹介いたします。
応募方法 持参・郵送。応募用紙(保健センター、市民課、各行政サービスセンター、アビスタ、湖北地区公民館、各図書館分館、各近隣センター)に設置。市ホームページからもダウンロード可)に必要事項を明記し、完成した料理の写真(貼付)を貼付
締切日 9月2日(月)必着
※市内在学の方は各学校へ提出 ※記入漏れ、料理本やインターネットからの転用の場合は無効 ※応募用紙は返却できません。
◎手賀沼課 ☎7185-1126

子育て Q&A 53 歯の打撲
Q 4歳の子供が転んで上の前歯2本をぶつけました。2本とも色が変わり、しばらくして、片方は色が戻りましたが、もう片方は戻りません。歯科医院を受診した方がいいのでしょうか?
A すぐに歯科医院を受診したほうがよいでしょう。歯をぶつけると、抜けた折れたりしてなくても、歯の神経に内出血がおこったり、根の先で血管が切れたりすることがあります。内出血の場合は、最初はピンク色になり、のちに褐色になりますが、1~2か月後には色が元に戻ります。しかし、血管が切れてしまうと、歯の神経が死んでしまい歯の色が褐色に変化します。この場合、1~2か月しても歯の色は元には戻りません。また、ぶつけたときに歯の表面に亀裂が生じたりすると、亀裂から感染し、歯の根を腐らせ歯の根の先端に膿のかたまりをつくってしまうことがあります。膿のかたまりを放置すると永久歯の成長にも影響することが考えられます。
これらのことから、歯をぶつけた場合には、早急に歯科医院を受診し、その後もぶつけた歯を注意して観察することが非常に重要です。
◎健康づくり支援課 ☎7185-1126

8月 松戸健康福祉センター 各種無料相談
相談名(原則予約制) 日時 予約・問
不妊相談 電話(予約不要) 22日(木) 9時~14時30分
来所(予) 8日(木) 13時30分~15時
思春期相談(予) 27日(火) 13時30分~15時30分
精神保健福祉相談(予) 13日(火)・19日(月) 14時~16時
酒害相談(予) 15日(木) 14時~16時30分
エイズ検査 即日検査(予) 6日・20日(火) 13時30分~14時30分
夜間検査(予) 20日(火) 17時30分~19時
※検査は匿名・無料
※梅毒、クラミジア、B型・C型肝炎の検査も可
DV相談 電話(予約不要) 月~金曜日 9時~17時
来所(予)
松戸保健所我孫子連絡所(保健センター3階) ☎7187-1805 (予)は予約制です
食品専門職員出張日(予)14・28日(休) 環境専門職員出張日(予)20日(火) 時間はいずれも9時~17時

●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