

11月10日(木)16日アルコール関連問題啓発週間
アルコール関連問題について
「私たちにできること」

お酒は生活に豊かさと潤いを与えますが、その一方、過度な飲酒は健康を害する原因にもなります。また、本人のみならず、その家族への深刻な影響や飲酒運転による事故など、重大な社会問題を生じさせる危険があります。市では、家族や周囲の方がアルコールの問題を抱える方と、どのように関わったら良いのかをテーマに講演会を開催します。ぜひお越しください。

日時 11月8日(日)午後1時30分
場所 我孫子南近隣センター(けやきプラザ9階)
内容 倉持穰さん(さくらの木クリニック院長)の講演、当事者および当事者家族の体験談
定員 先着80人(要申込)※費用無料
目・問 障害福祉支援課・内線381

どうなる? 介護保険制度改正への対応

講座「介護保険制度の改正と我孫子市の対応」

日時 11月10日(木) 午後2時～4時30分(1時30分開場)
場所 けやきプラザ7階介護実習室
内容 ①平成27年度から改正された介護保険制度の変更ポイント、「住み慣れた地域で安心して暮らせる」ための地域包括ケアシステムの構築 ②意見交換会
対象・定員 高齢者福祉に関心のある団体・市民の方、先着30人 **費用** 500円
目・問 11月8日(日)まで。電話、ファクスで名前、電話番号、住居地(地番不要)を明示し、あびこ市民活動ステーション☎7185-6300、☎7165-4370※詳しくはホームページをご覧ください。☎http://www.abikosks.info/

健康生活月間のイベント・講演会

日にち 11月12日(木) **場所** けやきプラザふれあいホール
費用 無料 **目・問** 高齢者支援課・内線382
◎健康イベント「理学療法士から学ぶ! かんたん健康体操」
時間 午前10時～11時(受付午前9時45分～)
対象・定員 市内在住の概ね65歳以上の方、先着30人(要申込)
持ち物 飲み物・タオル※動きやすい服装・運動しやすい靴でお越しください。 **申込方法** 電話で高齢者支援課・内線382

認知症予防講演会「今日からできる! 脳の活性化」

時間 午後1時30分～3時30分(受付1時～)
内容 最近の認知症研究に基づく認知機能の鍛え方
講師 谷口優さん(東京都健康長寿医療センター研究所)
定員 当日先着450人(申込不要)※年齢不問



『平成27年度 後期集団検診(胃がん・子宮頸がん・乳がん)』を受診される方へ

次の方は保健センターへご連絡ください

①5月に発送した後期(11月～平成28年1月)の受診券をお持ちの方で、検診日の変更をご希望の方や受診をされない方
 ②前期(5～7月)の受診券をお持ちで受診できなかった方(後期の受診が可能です。後期日程で受診した場合は、次年度以降の受診は後期のご案内になります。)

検診名	後期日程
胃がん	11月2日(月)・6日(金)・9日(月)・13日(金)・16日(月)・18日(水)・12月8日(水)・9日(木)・平成28年1月19日(水)・27日(水)・2月1日(月)※検診日が追加になりました。
子宮頸がん	12月4日(金)・11日(金)・15日(水)・18日(金)・平成28年1月6日(水)
乳がん	11月27日(金)・12月7日(月)・14日(月)・16日(水)・平成28年1月8日(金)・22日(金)・29日(金)

※前期の申し込み締め切り(胃がん…4月17日、子宮頸がん…4月7日、乳がん…5月1日)以降に申し込みをした方には、受診券を発送しません(胃がん…10月下旬、子宮頸がん…11月下旬、乳がん…11月中旬)。お手元に届きましたら、検診日を確認し、日程変更の希望やキャンセルの方は保健センターへご連絡ください。

子宮頸がん検診(後期)の申し込みは11月11日(水)(必着)締切です!

日程 上表参照 ※申し込み時の検診日時希望はできません。申込者には受診券を発送しますので、日時変更の希望がある場合はご連絡ください。

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・費用 20歳以上の女性(平成8年3月31日以前に生まれた方)、600円

目・問 住所、氏名、生年月日、電話番号、後期子宮頸がん検診受診希望と明記し、ハガキ、封書、保健センター窓口または電子申請(電話、ファクスでの申し込みは不可)※1人1通(ご家族で同日受診を希望する場合は連名可)

目 健康づくり支援課☎7185-1126



平成27年度 結核・肺がん検診(胸部エックス線検査)実施中

日程・場所 下表参照(荒天時は中止することがあります)

対象者・費用 市内に住居登録をしている65歳以上(無料)、40歳～64歳(200円)の方 ※年齢は平成27年4月1日～平成28年3月31日の間に到達する年齢です。※胸部エックス線検査を受けた方で、喫煙などで痰がでる方(希望者)を対象に喀痰細胞診検査を実施しています(別途700円)。

◎受診する場合は、受診券と胸部検診受診票が必要です。お手元に受診券と胸部検診受診券がない方は、受診日の10日前までにご連絡ください。検診費用が無料になる方など、詳しくは広報あびこ9月16日号をご覧ください。

受診日・会場 (受付時間)午前9時30分～11時30分、午後1時～3時

受診日(10月)	会場	受診日(10月)	会場
19日(月)	鳥の博物館	26日(月)	鳥の博物館
21日(水)	天王台北近隣センター	27日(水)	あびこショッピングプラザ(3階平面駐車場)
23日(金)	あびこ農産物直売所あびこん	28日(水)	近隣センターふさの風
24日(土)	保健センター	30日(金)	保健センター

目 健康づくり支援課☎7185-1126

松戸健康福祉センター 各種無料相談 11月

相談名	予約制	日時	予約・問
不妊相談	電話(予約不要)	10日(木)9時～11時30分	047-361-2138
	来所	10日(木)13時～15時	
思春期相談	◎	9日(月)14時～17時	047-361-2139
精神保健福祉相談	◎	16日(月)14時～16時	
酒害相談	◎	19日(木)14時～16時30分	047-361-2139
エイズ検査	即日検査	17日(水)13時30分～14時30分	
	夜間検査	17日(水)17時30分～19時	
DV相談	電話(予約不要)	月～金曜日 9時～17時	047-361-6651
	来所	金曜日 9時～17時	

松戸保健所我孫子連絡所(保健センター3階)9時～17時
 専門職員出張日 食品☎11・25日(木) 環境☎17日(水) **目** ☎047-361-2139

第6回 我孫子市災害救援ボランティア講座

市では、災害復興の原動力となる災害救援ボランティアの養成のため、講座を修了(認定資格を取得)された方に、受講費用の一部を助成します。

受講者募集

災害救援ボランティア講座

日時・場所	11月14日(土)…中央学院大学・21日(土)…消防本部大会議室・28日(土)…中央学院大学、いずれも午前9時～午後5時
内容	基礎講座(自然災害、減災、自助と共助など)、普通救命講習(1年以内に受講された方を除く)、実技研修(ロープワーク、搬送方法など)
対象	市内大学在籍者、市内在住・在勤の方(原則3回受講できる方)
定員	先着40人(一般10人、学生30人)
費用	一般1万5000円(助成額9200円)、学生1万円(助成額6700円)
締切日	11月6日(金)※定員になり次第締め切り

※助成金の申請は、講座受講前に。助成金の交付は、受講終了後1か月程度かかります。

目・問 講座申込…災害救援ボランティア推進委員会事務局☎03-6822-9900、助成金申請…市民安全課・内線217

●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