

すこやかちゃん



加納 未来ちゃん
(下ヶ戸・1歳2カ月)

未来葉、私たちの元に来てくれてありがとう。元気に育ってくれてありがとう！大好きだよ♡



江口 明宏ちゃん
(天王台・1歳2カ月)

体を動かすことが大好きなあつくん。これからも自分の好きなことにどんどん挑戦して行ってね！



6024運動普及標語を募集

市では、歯の健康づくりを進めるために国が掲げた8020運動より一歩すすんだ、60歳で自分の歯を24本以上保つことを目標とした「6024(ロクマル・ニイヨン)」を目指して取り組んでいます。歯の健康法やむし歯・歯周病にかからない大切さを多くの方に啓発するため、標語を募集します。選考後、入賞した作品は市ホームページなどに掲載し、最優秀作品は、県が実施する2次審査会に推薦します。

対象 市内在住・在学・在勤の方
応募・回 5月31日(金)必着で、健康づくり支援課窓口・はがき・封書で、標語1点・住所・氏名・年齢・性別・職業・電話番号を明記し、健康づくり支援課(保健センター)〒270-1132湖北台1の12の16☎7185-1126



第1回

楽手賀の丘フレンドシップツアー

県立手賀の丘少年自然の家で、違う学校の友だちといろいろな体験や活動をしてみませんか？

日程 7月5日(金)の放課後～6日(土)(1泊2日)

※学校と手賀の丘少年自然の家間はバスなどで送迎。台風などの悪天候時は中止する場合があります。

内容 レクリエーション、野外炊飯、ナイトウォークなど
対象 我孫子第四小・根戸小・並木小・湖北台西小・新木小・布佐小・布佐南小学校の5・6年生

定員 32人※応募者多数の場合は抽選

費用 2500円(食事・保険・シーツ代など)

申・回 5月26日(日)必着で、はがき・ちば電子申請サービス(QRコード参照)に、学校名・学年・組・郵便番号・住所・氏名・年齢(7月5日時点)・性別・電話番号・保護者氏名を明記。〒270-1192市役所子ども支援課「フレンドシップツアー」係(住所省略可)・内線844

参加者事前研修会

日時 6月30日(日)午前9時50分～11時50分(予定)

場所 市役所分館大会議室

※参加者と保護者は必ず参加してください。



▲ちば電子申請サービス



風しん抗体検査・予防接種 契約医療機関が追加

「風しん抗体検査及び予防接種クーポン券」に同封の「平成31年度風しん抗体検査及び予防接種市内契約医療機関」が追加されました。

※平成31年3月15日以降、市に転入された方には5月下旬にクーポン券を発送します。※お手元がない方はご連絡ください。

対象 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

追加医療機関 天龍堂クリニック(緑1の6の11☎7182-0150)、佐藤内科医院(湖北台3の12の5☎7187-1133)、一瀬医院(つくし野6の1の7☎7185-2321)、中山クリニック(本町2の2の17☎7185-1048)、平和台病院(布佐834の28☎7189-1119)

※5医療機関とも風しん抗体検査・予防接種を実施します。

回 健康づくり支援課(保健センター)☎7185-1126



各種がん個別検診を6月から開始

子宮頸がん・乳がん・大腸がん・前立腺がんの個別検診が、6月から始まります。受診の際は必ず「受診券」をお持ちください。対象の方には、5月下旬に受診券を発送します。※胃がん検診(胃内視鏡検査)については、市ホームページまたは広報あびこ4月1日号をご覧ください。

発送対象者 ①平成26年4月1日～平成31年3月31日の間に子宮頸がん・乳がん・大腸がん・前立腺がん・胃がんのいずれかの検診を1つでも受診したことがある方 ②令和2年3月31日時点で、男性40～75歳、女性20～75歳までの5の倍数の年齢の方 ※発送対象者でない場合は、受診する医療機関で必要書類に署名することで受診できます。※特定健診(集団)を受診予定の方は、個別の大腸がん・前立腺がん・肝炎ウイルス検診を受診しないでください。※大腸がん集団検診に申し込んだ方は、個別の大腸がん検診を受診しないでください。

実施期間 6月1日(土)～令和2年1月31日(金)

申・回 健康づくり支援課(保健センター)☎7185-1126

子育てQ&A 122 スマホを見せてもよいか

Q 5歳の子どもがスマートフォンでのゲームや動画を見たがるのが多くなりました。どのくらい見せてよいのでしょうか。

A スマートフォンやタブレットなどの利用は、1回15分以下、1日合計1時間以内にとどめましょう。乳幼児期は視力が発達する重要な時期なので、視力発達への悪影響が心配されます。また、スマートフォンなどの明るい光や動画の視聴は刺激が強く、眠れなくなったり、睡眠の質を低下させたりする可能性があります。布団に入る1時間前には使用をやめましょう。最初に親子でルールを決め「アラームがなったら終わりだよ」など、子どもにも判断できる約束をし、守れたら褒めてあげましょう。外出時などにぐずる時は、あらかじめ絵本など他の遊び道具を準備し、周りの景色を見て語りかけるなど、気分転換を図る工夫をしてみましょう。子どもは、身近な大人を手本にします。まずは大人の利用を見直しましょう。 **回** 健康づくり支援課☎7185-1126



松戸健康福祉センター 松戸保健所 各種無料相談・検査 6月

相談名	☎は予約制	日時	予約・回
不妊相談	電話(予約不要)	11日(火)9時～11時30分	047-361-2138
	来所☎	11日(火)13時30分～15時	
思春期相談☎		25日(火)13時30分～15時30分	
精神保健福祉相談☎		6日(休)、17日(月)14時～16時	
酒害相談☎		20日(休)14時～16時30分	047-361-2139
エイズ検査	即日検査☎	4日(火)、18日(火)13時30分～14時	
	夜間検査☎	18日(火)17時15分～18時15分	
DV相談	電話(予約不要)	月～金曜日 9時～17時	047-361-6651
	来所☎	原則金曜日 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☎ 12・26日(水) 環境☎ 18日(火) **回** ☎047-361-2139