

### 各種検診 平成26年度 脳ドック事業の受診は 3月31日(火)までです

対象 平成26年4月1日～27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(下表参照)※年齢の上限はありません。※脳血管疾患の自覚症状のある方や経過観察中の方は対象外です。

#### 対象者の生年月日一覧表

40歳	昭和49年4月1日～50年3月31日	65歳	昭和24年4月1日～25年3月31日
45歳	昭和44年4月1日～45年3月31日	70歳	昭和19年4月1日～20年3月31日
50歳	昭和39年4月1日～40年3月31日	75歳	昭和14年4月1日～15年3月31日
55歳	昭和34年4月1日～35年3月31日	80歳	昭和9年4月1日～10年3月31日
60歳	昭和29年4月1日～30年3月31日	85歳	昭和4年4月1日～5年3月31日

対象検査 MRIおよびMRA検査を同時に実施したもの

受診方法 各医療機関に電話で予約。医療機関窓口で本人を確認できる書類(健康保険証、運転免許証など)を提示。

費用 医療機関窓口で、市の負担額(1万円)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。予約の際にご確認ください。

☎ 健康づくり支援課 ☎7185-1126

実施医療機関	電話番号
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
我孫子聖仁会病院(健診センター)	☎7181-2265
平和台病院(予防医療センター)	☎7189-1119

自覚症状のない小さな脳梗塞(無症候性脳梗塞)は40代の人にも増えてきています。この機会にぜひ受診してみましよう!

### 予防接種 DPT予防接種のお知らせ

DPTワクチン(三種混合)は四種混合に切り替わるため製造が終了し、在庫が少なくなっています。このため今後、DPTワクチンによる予防接種ができなくなります。7歳6か月未満でDPT4回接種が完了されていない方は、保健センターにお問い合わせください。

☎ 健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126

### 第2回 千葉県東葛地区人権サミット (千葉県人権問題講演会・研修会補助金事業)

日時・場所 2月4日(水)午後6時～8時(5時開場)、アミュゼ柏

内容 【第一部】講演「認知症があっても安心して暮らせる社会にむけて」講師…広岡成子さん(公社認知症の人と家族の会千葉支部代表)

【第二部】意見交換「見守る地域につながる絆～人権擁護の視点から～」コーディネーター…寺嶋哲生さん(柏市商工会議所会頭)、出演…我孫子・松戸・柏・流山各市長 定員 先着400人

☎・☎ 1月29日(木)までにハガキに住所、氏名、年齢、電話番号、要約筆記・手話通訳の希望の有無を明記し〒277-0081柏市富里1の1の1M&Rビル3階 人権ネットワークPEaCE21へ郵送(ファクスも可) ☎7165-0723、☎7166-2625

### 認知症サポーター養成講座(湖北台)

日時 2月5日(木)午後1時30分～3時30分

場所 湖北台近隣センター

内容 認知症を正しく理解して、認知症の方や家族を温かく見守るための講座です。講師 星良子さん(湖北・湖北台高齢者な

☎・☎ 先着40人 費用 無料

☎・☎ 電話で住所・氏名・電話番号を明示し湖北台地区社会福祉協議会 ☎7188-1410(平日午前9時～午後4時)

### 第4回 認知症を知って予防しよう!講座 生活習慣(運動編)

日時 1月29日(木)午前10時～正午

場所 天王台北近隣センター

内容 バランスウオーキング教室

講師 駒崎優さん(NPO法人ウオーキング研究所代表) 定員 40人(要申込)

費用 無料 持ち物 上履き(ある方)

☎・☎ 天王台地区高齢者なんでも相談室 ☎7182-14100

### がん検診 当日でも受診できます! 胃がん集団検診(後期)

対象年齢であれば事前申し込みをしていない方でも当日受診することができます。ただし定員数に達した場合は受診することができませんのでご了承ください。今年度受診済みの方は対象外です。

日時 1月28日(水)、2月6日(金)・9日(月)・13日(金)・16日(月)・23日(月)・25日(水) いずれも午前10時15分～10時30分受付

場所 保健センター(湖北台1の12の16)

内容 問診と胃部レントゲン検査

対象 40歳以上の男女(昭和50年3月31日以前に生まれた方)※当日朝食食された方は受診できません。費用 900円

#### ◎次の方は胃がん検診を受けられません

- ①現在妊娠中の方、またはその疑いがある方
- ②バリウム検査で、過去に体調をくずされた方
- ③過去2か月以内に大腸ポリープを切除された方
- ④過去1年以内に開腹手術や整形外科の手術をされた方または心筋梗塞や脳梗塞を発症したことのある方
- ⑤腸閉塞の既往がある方。便秘症で3日以上排便がない方
- ⑥腎臓病(人工透析)などで水分制限を受けている方
- ⑦自力で立位を保持することや撮影台の手すりを自力でつかむことが困難な方
- ⑧ペースメーカー使用の方、胃腸の病気で治療・経過観察中の方で主治医の許可がない方
- ⑨1年以内に胃カメラ・胃バリウム検査を受けた方
- ⑩胃の自覚症状のある方(胃の痛み・胸やけ・吐き気など)※保健センターの空調工事により、駐車場が5台程度しかないため、公共交通機関をご利用ください。

☎ 健康づくり支援課 ☎7185-1126

### 家族介護教室 シニア男性必見! 「食で健康・男の料理教室」

日時・場所 2月13日(金)午前10時～午後1時(受付9時30分)、我孫子南近隣センター調理実習室(けやきプラザ8階)

内容 手軽で栄養バランスを考えた簡単調理実習と栄養士の講話

対象・定員 市内在住で65歳以上の男性、先着15人(要予約)

費用 500円

持ち物 エプロン・三角巾・ふきん(用意できない方はご相談ください)

☎・☎ 1月30日(金)までに電話で我孫子地区高齢者なんでも相談室 ☎7179-7360

### 案こころの健康講座

心の病を持つ方にとって、周りの人の理解や支えはとても大事です。正しい知識を身につけ、私たちにできることを考えてみませんか?

日時・場所 2月26日(木)午前10時～午後4時・アビスタ27日(金)午前9時30分～午後0時30分・保健センター

内容 ◎心の病を理解する ◎ひきこもり状態にある方とその家族を支えるために ◎当事者の立場から地域の人に知ってほしいこと、お願いしたいこと

対象 心の病を持つ方との関わりや支援に関心がある市内在住・在勤の方で、できるだけ両日受講できる方、先着50人

費用 500円(昼食付)

☎・☎ 障害福祉支援課・内線381

### 松戸健康福祉センター 各種無料相談 2月

相談名	☎は予約制	日時	予約・☎
不妊相談	電話(予約不要)	19日(水)9時～14時30分	047-361-2138
	来所☎	5日(木)13時～15時	
思春期相談☎		24日(水)13時30分～15時30分	047-361-2139
精神保健福祉相談☎		2日(月)・16日(月)14時～16時	
酒害相談☎		19日(水)14時～16時30分	047-361-6651
エイズ検査	即日検査☎	3日(水)・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	

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☎ 18・25日(水) 環境☎ 17日(水) ☎ ☎047-361-2139

●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