

4月2日は国連の定めた「世界自閉症啓発デー」です

自閉症をはじめとする発達障害について知っていただくこと、理解をしていただくことは、誰もが幸せに暮らすことができる社会の実現につながるものです。みなさんのご理解とご支援をお願いいたします。

◎自閉症を知っていますか?

自閉症の人は自分の殻に閉じこもっているわけではなくありません。気持ちをうまく伝えることや、他人の言葉の意図を理解することが苦手なため誤解されやすいのですが、とてもストレーナーな感性をもっています。

楽失語症会話パートナー養成講座

日時 ①説明会：4月27日(水)午後1時～2時、②講習：5月12日(木)午後1時～5時、③実習：5月18日(水)午後2時～3時、④フォローアップ：5月26日(木)午後1時～5時

場所 ①③保健センター、②④障害者福祉センター

内容 失語に関する知識と会話技術の習得

定員 8人(応募者多数の場合は抽選)

費用 無料

☎・☒ 電話またはファクスで住所、氏名、電話番号を明示し4月22日(金)までに障害者福祉センター☎7185-1112、☒7185-1024、☒7185-1112、☒7185-1024

楽認知症の方の家族のこころ「あびこ」

日時 4月13日(水)午後1時30分～3時30分

場所 けやきプラザ1階工作室

内容 介護方法や日ごろの悩みなどについての情報交換

対象 認知症の方を介護している家族・介護経験者

費用 無料(予約不要)

☎ 高齢者支援課☎7185-1112



気になるもの忘れに 頭の元気度測定

機器を使った7分程度の簡単なテストで短期の記憶力などを測定します。もの忘れが気になる方、興味がある方は「頭の元気度・活発度」を測定してみませんか?

日にち・場所 下表参照 時間 午前10時～11時

定員 各回先着10人(予約不要) 費用 無料

☎ 高齢者支援課☎7185-1112

日にち	場所
4月15日(金)	我孫子北近隣センター並木本館
4月21日(木)	近隣センターこもれび
5月12日(木)	アピスタ ※1時間以上の駐車は有料
5月23日(月)	布佐南近隣センター
6月10日(金)	湖北台近隣センター
6月28日(火)	天王台北近隣センター
7月14日(木)	久寺家近隣センター

※使用する機器は医療機器ではなく医学的診断はできません。

脳ドック事業をご利用ください

各種検診

受診期間 4月1日(金)～平成29年3月31日(金)

対象 受診日に我孫子市に住民票があり、受診期間に40歳以上で5の倍数の年齢に達する方で、MRIおよびMRA検査を同時に受ける方(年齢の上限はなし)※自覚症状のある方、脳血管疾患で治療中の方は対象外

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

費用 市の負担額(1万円)を差し引いた自己負担額※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。

受診方法 各医療機関に予約してください。医療機関窓口で本人確認書類(住所・氏名・生年月日がわかるもの)を持参し、誓約書・同意書に記入。

☎ 健康づくり支援課☎7185-1126

対象者の生年月日一覧表

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

集団検診(子宮頸がん・胃がん)〈前期〉の申し込みが締め切り間近です!

◎27年度に集団検診(子宮頸がん、胃がん)を受診した方

今回申し込みをしなくても受診券が送付されますので、申し込みは不要です(子宮頸がん検診は4月下旬、胃がん検診は5月中旬ごろ送付予定)。27年度に胃がん検診後期(27年11月～28年2月に実施)、子宮頸がん検診後期(27年12月～28年1月に実施)を受診された方は、6カ月以上空けて受診してください。

◎27年度に集団検診(子宮頸がん、胃がん)を受診していない方

申込締切日 子宮頸がん検診…4月8日(金)、胃がん検診…4月22日(金)必着。詳しくは広報あびこ3月16日号をご覧ください。

☎・☒ ハガキ・封書・保健センター窓口・ちば電子申請サービス(電話、ファクスは不可)で住所、氏名、生年月日、性別、電話番号、希望する検診名を明記し〒270-1132湖北台1の12の16 健康づくり支援課☎7185-1126

健康フェア2016を一緒に企画しませんか?

出展団体やイベントの実行委員を募集します。健康フェアは毎年11月中旬に開催する、楽しみながら健康づくりのきっかけを提供するイベントです。今年のテーマは「健康寿命を延ばそう! Smart Life Project!」です。詳しくは市ホームページまたはお問い合わせください。

申込期限 4月15日(金)まで

☎ 健康づくり支援課☎7185-1126

4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。

☎ 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☎	2・9・16日(土)	妊娠20週以降の妊婦とその夫、ご家族の方
4カ月児相談	5・12日(火)	平成27年11月生まれ
育児相談(乳幼児の育児)	6月・15日(金) 20日(火)	子育て支援センター「にこにこ広場」、先着10人 保健センター
1歳6カ月児健康診査	7日(木)	平成26年9月1日～9月20日生まれ
2歳8カ月児歯科健診	28日(木)	平成25年8月生まれ
3歳児健康診査	14日・21日(木)	平成24年9月1日～10月10日生まれ
5歳児健康診査	28日(木)	平成23年4月2日～4月30日生まれ
離乳食教室(4～6カ月児向け)☎	22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)☎	13日(火)	平成27年7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

☎ 障害福祉支援課・内線421

教室名	日時
アルコール教室	1日(金)14時30分～16時
心の健康クラブ	18日(月)14時～16時

◎デイケアクラブ

時間 午前10時～11時30分

☎ 障害福祉支援課・内線381

教室名	日・所
あびこ	27日(木)アピスタ第2学習室
あらでい	13日(火)障害福祉センター

◎遊具うんどう教室

時間 午前10時～11時

☎ 高齢者支援課☎7185-1112

開催日	場所
13日(水)	布佐南公園 *雨天中止
19日(火)	湖北台中央公園 *雨天中止
15日(金)	天王台西公園 *雨天中止

健康メモ 376 B型肝炎の予防接種について

B型肝炎はB型肝炎ウイルス(以下HBV)感染によって起こされる肝臓の病気です。肝臓はエネルギーの生成・貯蔵や老廃物の排除をする化学工場のような重要な働きをしています。感染すると食欲不振や吐気などの症状が出現します。稀な重篤化もありますが急性に経過して軽快するものと年余にわたり慢性に経過し肝硬変や肝がんを惹起することもあります。また、無症状のまま感染が持続するタイプもあります(HBVキャリア)。HBVキャリアはいずれ慢性肝炎や肝がんになることもあります。3歳以下で感染すると、ウイルスを排除する免疫機構が未熟なためHBVキャリアになる頻度が高く、我が国には現在100万人以上HBVキャリアがいるとされています。感染経路は輸血や注射針の重複使用などが言われましたが、広く体液から(唾液や性交渉など)感染するとされています。HBVキャリアの母親から分娩された児の感染予防は確立していますが、それ以外の子どもは予防接種による予防が可能です。現在194カ国のWHO加盟国中182カ国が定期予防接種になっています。未接種の方、特に乳幼児には接種されることを勧めます。 大串小児科医院 大串博章

☎ 健康づくり支援課☎7185-1126

●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