

11月12日~25日 **女性に対する暴力をなくす運動**

女性に対する暴力は決して他人事ではありません。女性の3人に1人がDVを受けたことがあるとの国の調査結果もあります。そこで国は期間を定めて暴力根絶を目指し、毎年PR活動を行っています。殴る、蹴るだけが暴力ではありません。身の回りに心配な人がいたら一人で悩まず相談できることを教えてあげてください。



■社会福祉課…内線393(女性相談、DV相談) ■内閣府DV相談ナビ ☎0570-0-55210(自動音声、近くの相談窓口へ自動転送) ■千葉県女性サポートセンター ☎043-206-8002(女性専用24時間対応) ■千葉県男女共同参画センター・女性のための総合相談 ☎04-7140-8605

■命の危険を感じる時は110番、または最寄りの警察署へ  
☎ 社会福祉課・内線393、男女共同参画室・内線419

**全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間**

夫・パートナーからの暴力やストーカーなどの、女性をめぐる各種の人権問題について、「女性に対する暴力をなくす運動」期間中、全国一斉に人権擁護委員が「女性の人権ホットライン」を通じて相談に応じます。千葉県女性の人権ホットラインでは、次のとおり相談に応じますので、お電話ください。

日時 11月12日(月)~16日(金)午前8時30分~午後7時、11月17日(土)・18日(日)午前10時~午後5時。相談電話番号 ☎0570-070-810

☎ 千葉県人権擁護委員連合会事務局 ☎043-247-3555

**平成30年度我孫子市公認スポーツ指導者養成講習会**

「公益財団法人日本スポーツ協会公認スポーツ指導者制度」に基づき、スポーツ指導の基礎知識を取得し、市のスポーツ活動の活性化・定着化を促進する役割を担うスポーツ指導者育成を目的として、講習会を開催します。

日時 12月2日(日)午前9時~午後4時  
12月16日(日)午前9時~午後5時30分  
12月23日(日)午前9時~午後4時30分

場所 教育委員会大会議室(水道局4階)

定員 先着30人(市内在住・在学・在勤、平成30年4月1日現在で、満18歳以上の方)

内容 集合講習、自宅講習、検定試験(認定には検定試験の合格が必要)

費用 無料

持ち物 公認スポーツ指導者養成テキスト【共通科目I】(公財)日本スポーツ協会発行)

☎・☎ 市ホームページから受講申込書をダウンロードし、11月15日(木)までにファクス。教育委員会文化・スポーツ課 ☎7185-1604 FAX7185-1760



**集団検診(後期)当日受診のお知らせ**

~定員枠に若干の余裕があります~

対象年齢であれば、事前申し込みをしていない方でも、定員枠に達するまでは、受診することが可能となりました。ただし、各日定員枠に達した場合は、受診することができませんので、ご了承ください(胃がん・乳がん〈超音波〉集団検診〈後期〉は当日受診は実施しません)。

◎子宮頸がん

日にち 11月17日(土)・19日(月)、12月5日(水)・14日(金)・25日(火)

受付時間 午後2時10分~2時20分 費用 1100円

検査方法 視診と子宮頸部細胞診※生理日をさけて受診してください。

◎乳がん(マンモグラフィ検査)

日にち・対象者・内容・費用(下表参照) 受付時間 午後2時15分~2時30分

検査方法	対象者	日にち	費用
マンモグラフィ検査(2方向撮影)	昭和44年4月1日~昭和54年3月31日生まれの女性	12月7日(金)・17日(月)、平成31年1月18日(金)	1400円
マンモグラフィ検査(1方向撮影)	昭和44年3月31日以前生まれの女性	12月22日(土)、平成31年1月22日(水)・23日(木)	700円

※駐車場に限りがあるため、公共交通機関をご利用ください。

場所・☎ 健康づくり支援課 ☎7185-1126



対象の方はお早めに！  
**脳ドック事業をご利用ください**

認知症および脳血管疾患は要介護状態に至る原因疾患の上位に位置しており、他の疾患に比べ介護度が高い傾向にあります。健康寿命(介護を必要とせず生活できる期間)の延伸のためにもご自身の脳の状態を把握しましょう。

受診期限 平成31年3月31日まで

対象 受診日に我孫子市の住民基本台帳に記載されている方で、平成31年3月31日時点で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※年齢の上限なし※自覚症状のある方、脳血管疾患で治療中・経過観察中の方は対象外

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

受診方法 各医療機関に予約のうえ、医療機関窓口で本人確認書類(健康保険証など)を持参し、誓約書兼同意書に記入。

助成額 1万円(医療機関窓口で、助成額を差し引いた額が請求されます)

対象者の生年月日一覧表(年齢は平成31年3月31日時点)

40歳	昭和53年4月1日~54年3月31日	65歳	昭和28年4月1日~29年3月31日
45歳	昭和48年4月1日~49年3月31日	70歳	昭和23年4月1日~24年3月31日
50歳	昭和43年4月1日~44年3月31日	75歳	昭和18年4月1日~19年3月31日
55歳	昭和38年4月1日~39年3月31日	80歳	昭和13年4月1日~14年3月31日
60歳	昭和33年4月1日~34年3月31日	85歳	昭和8年4月1日~9年3月31日

☎ 健康づくり支援課 ☎7185-1126

**11月各種検診と健康教室**

◎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☎	1・8・15日(木)	妊娠20週以降の妊婦とその夫、ご家族の方
育児相談(乳幼児の育児)	7・21日(水)	子育て支援センター「ここにご広場」、先着10人
4カ月児相談	6・13日(水)	平成30年6月生まれ
1歳6カ月児健康診査	15日(木)	平成29年3月28日~4月22日生まれ
2歳8カ月児歯科健診	22日(木)	平成28年3月生まれ
3歳児健康診査	8日(木)	平成27年4月16日~5月8日生まれ
5歳児健康診査	22日(木)	平成25年11月生まれ
離乳食教室(4~6カ月児向け)☎	30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)☎	14日(水)	平成30年2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	9日(金)14時30分~16時
心の健康クラブ	12日(月)14時~16時

◎デイケアクラブ

時間 午前10時~11時55分  
☎ 障害福祉支援課・内線381

教室名	日・所
あらでい	14日(水)南柏駅前ヤングボウル
あびでい	28日(水)アビスタ第2学習室

◎楽遊具うんどう教室

時間 午前10時~11時  
☎ 高齢者支援課 ☎7185-1112

開催日	場所
14日(水)	布佐南公園 *雨天中止
16日(金)	天王台西公園 *雨天中止
20日(水)	湖北台中央公園 *雨天中止



**歯周病治療の大切さ**

No.405

歯は歯ぐきの下にある骨でささえられています。歯周病にかかって病気が進んでしまうと、歯ぐきが炎症して、その中で歯を支えている骨がとけてしまいます。どんなにきれいなかぶせものやつめもの、入れ歯を入れても、その下で支えている骨がなくなると、歯そのものを失ってしまう可能性があるのです。どんな治療を行うにしてもまずは歯周病対策をおすすめします。歯周病対策をしっかり行い、さまざまなお口の中の問題点を解決しましょう。一概に虫歯、知覚過敏、かぶせもの、ブリッジ、入れ歯といっても、さまざまな状況や治療法、治療に使う材料があります。皆さんがご自身のお口の中の状況をしっかり把握して、一人一人に合った治療法を選択できるよう、歯医者さんと共に協力して明るくすてきな笑顔を手に入れましょう！

☎ (一社)我孫子市歯科医師会 ☎7165-5006

●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。※JAとりで総合医療センターにおける23時から翌朝8時30分までの小児救急は基本的に重症患者に限定されます。※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。休日は日曜日、祝日、年末年始