

### 急病診療案内

テレホンガイド ☎②0101  
(当日の午前8時更新)

電話による問診は受け付けません

急病センター ☎②5771	内科	【月～土曜日】	20:30～23:30
	小児科	【日曜・祝日】	9:00～17:00
	歯科	【土曜日】	20:30～23:30
		【日曜・祝日】	9:00～12:00

夜救問急 【時間】23:30～8:00  
利用の際はテレホンガイド ☎②0101 で確認してください。

日曜・祝日	午前9時～午後5時	6/17 (日)	徳政内科クリニック (五井中央東) 内 ☎②5500
			内田医院 (姉崎) 外 ☎⑥1201
			大倉耳鼻咽喉科医院 (五井中央東) 耳 ☎②14187
	6/24 (日)	ちはら台南内科クリニック (ちはら台南) 内 ☎⑦7511	
		市原整形外科 (八幡) 外 ☎④1656	
		宗田マタニティクリニック (根田) 産 ☎④4103	

※内=内科系 外=外科系 産=産婦人科 耳=耳鼻科  
皮=皮膚科 眼=眼科

※医療機関は都合により変更になることがありますので、テレホンガイドでも確認してください。薬などを使用している人は、受診時にその薬か薬の名称などが分かるものを持参してください。

問合先 保健福祉課 ☎③9813

### いちはら健康・医療相談ダイヤル24

病気や健康不安、出産・育児、介護、医療機関情報などの各種相談に看護師や保健師、医師などが電話で答えます。  
☎0120 ③2415 (24時間年中無休、通話料・相談料無料)

### こども急病電話相談 19:00～翌日6:00(毎日)

すぐ受診させた方がいいのか、様子を見ても大丈夫なのか、看護師や小児科医が電話でアドバイスします。  
☎#8000 (プッシュ回線)  
☎043 (242) 9939 (プッシュ回線以外)

### 救急安心電話相談 18:00～23:00(月～土曜日) 9:00～23:00(日曜・祝日・年末年始)

病院に行くか、救急車を呼ぶか迷ったときに、看護師が電話でアドバイスします。  
☎#7009 (プッシュ回線)  
☎03 (6735) 8305 (プッシュ回線以外)

## 子育てネウボラだより

### 産後のボディケア&フィットネス教室 (全2回)

日時・会場 7月18日(水)、25日(水)午前9時30分～正午・保健センター  
内容 バランスボールエクササイズやセルフケアなど  
対象・人数・費用 平成30年4月に生まれた子と母・抽選14組・500円  
申込方法 6月29日(金)までに電話で申し込む。  
その他 子の兄弟の同伴、運動制限がある人・妊娠中の人不可。病気治療中の人医師の許可が必要

### 幼児食教室

日時・会場 7月31日(火)午前10時～11時30分・保健センター  
内容 幼児食の試食や講話など  
対象・人数・費用 1歳6カ月児健診を終えた1歳8カ月から3歳未満の子と、その食事に心配がある保護者(未受講者のみ)・先着10組・100円  
申込方法 7月24日(火)までに電話で申し込む。



申込・問合先 子育てネウボラセンター(〒290-8502・更級5-1-27) ☎③1215

## 保健だより

### 日本脳炎予防接種

日本脳炎ウイルスは、蚊を媒介して人に感染します。発症すると、嘔吐やけいれんなどを起こします。蚊が増え始める前に予防接種を受けましょう。

#### 定期予防接種対象者(無料)

	対象年齢	標準的な接種時期	接種回数	接種の間隔	
1期	初回	生後6～90カ月未滿	3歳	2回	1～4週
	追加		4歳	1回	約1年
2期	9～13歳未滿	小学4年生	1回	約5年	

※平成17年度からのワクチン接種差し控えによって、予防接種を受けなかった9歳から19歳の人には無料で接種できます。

### 6月は食育月間・毎月19日は食育の日



家族みんなで食卓を囲むことは、コミュニケーションを深めるほか、食事のマナーが身に付き、食に対する感謝の気持ちを感じるきっかけになるなど、とても良い機会になります。ぜひ家族で食卓を囲み、会話をしながら楽しい食事の時間を作りましょう。

問合先 保健センター(〒290-8502・更級5-1-27) ☎③1187

### 市民公開講座「地域で支える認知症」

日時 6月17日(日)午前10時30分～正午  
会場 夢ホール(更級1-9-8)  
人数 先着130人  
費用 無料  
申込方法 当日直接会場へ  
問合先 千葉ろうさい病院 ☎⑦1111、地域包括ケア推進課 ☎③7605



### ストーマケア講習会

日時 7月7日(土)正午～午後4時(講演会の受付は午後0時30分から)  
会場 五井公民館(福祉会館の駐車場も利用可)  
内容 ストーマケアについての講演・実技と装具の展示説明会  
人数・費用 先着90人・無料  
申込方法 当日直接会場へ  
問合先 三津友会・神谷 ☎0439(52)5599、障がい者支援課 ☎③9815



### 在宅介護教室

日時 7月11日(水)午後1時30分～3時30分  
会場・人数・費用 なのはな館・先着30人・無料  
内容 介護費用や年金・遺産相続、エンディングノートなど  
申込方法 電話か任意の用紙に住所、氏名、電話番号を書き、ファクスで申し込む。  
申込先 地域包括支援センタートータス ☎⑤6262、FAX⑧2010  
問合先 同所、高齢者支援課 ☎③9814