

## 10月の園庭開放

保育園（所）・幼稚園に入園前のお子さんと保護者が自由に園庭に入って遊べます。

八日市場保育所 ☎72-0728 毎週水曜日 10時～11時
豊和保育所 ☎74-0344 毎週火曜日 10時～11時
吉田保育所 ☎72-0668 毎週水曜日 10時～11時
豊栄保育所 ☎72-0676 毎週水曜日 10時～11時
椿海保育園 ☎72-2323 12日(水) 10時～11時30分
共興保育園 ☎72-4400 12日(水)、19日(水) 10時～11時30分
須賀保育園 ☎72-2312 13日(木)、20日(木) 9時30分～11時30分 ◆散歩 6日(木) 10時出発
平和保育所 ☎73-1544 13日(木)、27日(木) 9時30分～11時
匠塚保育園 ☎74-0123 4日(火)、18日(火)、25日(火) 9時30分～11時 ◆ほのほの交流会(園児と交流・行事参加) 11日(火) 9時30分～11時
東保育園 ☎67-5150 毎週水曜日 10時～11時 ※雨天中止 ◆にこにこ交流会(園児と交流・行事参加) 27日(木) 10時～12時
栄保育園 ☎67-2872 毎週木曜日 9時30分～11時
八日市場幼稚園 ☎72-0442 毎週水曜日 10時～11時
のさか幼稚園 ☎67-4633 毎週金曜日 9時30分～11時
あかし幼稚園 ☎73-1515 11日(火)、20日(木) 14時～17時 ◆みんなの広場(親子で遊ぼう) 20日(木) 9時30分～11時

9月16日・豊栄保育所



## 子育て インフォメーション

(場所・保健センター)

### 健康診査・健康相談

	種類	期日	受付時間	対象
健診	4か月児	18日(火)	13時～13時20分	対象者に個別通知します
	1歳6か月児	4日(火)	13時～13時30分	平成27年3月生まれ
	3歳児一般	21日(金)	13時～13時30分	平成25年4月1日～5月5日生まれ
	2歳児歯科	19日(水)	9時～9時30分	平成26年5月生まれ
	3歳児歯科	19日(水)	13時～13時30分	平成25年9月生まれ
相談	すくすく歯っぴい(虫歯予防など)	12日(水)	13時～13時30分	平成27年9月26日～11月10日生まれ
	乳幼児健康相談	12日(水)	14時15分～14時45分	希望者

- 《こんにちは赤ちゃん訪問》乳児訪問員が、生後2～4か月の乳児がいる家庭を訪問して子育てに関する情報提供や相談を行います。
- 《離乳食教室》今月はありません。次回は11月29日(火)の予定です。
- その他、「発達相談(行動や発達など)」や「ことばの相談(発音など)」も行っていきます(要予約)。希望する人は下記までお問い合わせください。

問 健康管理課 ☎73-1200

### 子育ての集い

- つどいの広場(子育て親子の交流・集い) ※祝日除く  
【たんぼぼ】日・月・水・金曜日、第1・3土曜日 場所 旧八日市場幼稚園米倉分園  
【つくし】日・火・水・木曜日 場所 野栄福祉センター  
※時間はともに9時～12時、13時～16時。 問 福祉課子育て支援班 ☎73-0096
- ドリームキッズ(本の読み聞かせや人形劇など)  
日 22日(土) 時間 10時30分～ 場所 のさか図書館 問 若林 ☎67-5965

### 体験保育

【平和保育所】日 11日(火)～14日(金) 時間 9時～11時30分 ※要予約

問 同保育所 ☎73-1544

### 個別予防接種

指定医療機関へ電話予約の上、接種してください。  
母子健康手帳、予約票を忘れると予防接種は受けられません。

ヒブワクチン	対象	平成28年8月生まれ(生後2か月～5歳未満)
小児用肺炎球菌ワクチン	対象	平成28年8月生まれ(生後2か月～5歳未満)
4種混合/不活化ポリオ	対象	平成28年7月生まれ(生後3か月～7歳6か月未満)
B型肝炎	対象	平成28年4月～8月生まれ(1歳の前日)
B C G	対象	平成28年5月生まれ(1歳の前日まで)
麻しん風しん混合(MR)第1期	対象	平成27年10月生まれ(1歳の誕生日～2歳の前日)
〃 第2期	対象	平成22年4月2日～23年4月1日生まれ(年長児)
水痘(水ぼうそう)ワクチン	対象	平成27年10月生まれ(1歳の誕生日～3歳の前日)
日本脳炎 第1期	対象	平成25年10月生まれ(3歳～7歳6か月未満)
〃 第2期	対象	9歳～13歳未満

※対象者へは、接種月の前月下旬に通知しています。

※日本脳炎ワクチンは生後6か月から接種が可能です。希望の場合は下記へお問い合わせください。

問 健康管理課 ☎73-1200

### 子育てワンポイント

#### No.41 便秘予防の生活習慣

便秘には食物繊維を取ることが効果的と言われています。食物繊維には水溶性と不溶性の2種類があります。水溶性は便を軟らかくする働きがあり、果物・海藻などに含まれています。不溶性は腸を刺激する働きがあり、野菜・穀類・豆類・キノコなどに含まれています。水溶性と不溶性の両方を合わせて取ると効果が高まるので、バランスよく食べ、水分をこまめに取ることが大切です。

また、幼児は便意を感じても、恥ずかしがったり、排便時の苦痛を避けようとして我慢してしまう場合があるので、便意を感じているサインや排便を我慢するポーズを見逃さず、ゆっくりとトイレに入る習慣をつくりましょう。

問 健康管理課 ☎73-1200

## 10月の休日当番医 (診療時間: 8時30分~17時)

期 日	内 科	外 科
2日(日)	九十九里ホーム病院(飯倉) ☎72-1131	九十九里ホーム病院(飯倉) ☎72-1131
9日(日)	石井医院(八日市場ハ) ☎73-2150	守医院(椿) ☎73-5511
10日(月)	東陽病院(横芝光町宮川) ☎84-1335	東陽病院(横芝光町宮川) ☎84-1335
16日(日)	椎名医院(八日市場イ) ☎72-0032	匝瑳市民病院(八日市場イ) ☎72-1525
23日(日)	九十九里ホーム病院(飯倉) ☎72-1131	九十九里ホーム病院(飯倉) ☎72-1131
30日(日)	野澤医院(八日市場イ) ☎73-2245	匝瑳市民病院(八日市場イ) ☎72-1525

都合により、当番医が変更になる場合がありますので、確認する場合は消防組合☎72-0119にお問い合わせください。☎健康管理課☎73-1200

### こども急病電話相談

# 8 0 0 0

ダイヤル回線、光電話・IP電話は、  
☎043-242-9939  
子どもの急な病気などに、看護師・小児科医が電話で相談に応じます。  
日時…毎日 19時~22時

## 10月の無料相談

### お気軽にご相談ください

日常生活でのさまざまな困りごとや心配ごとなどに、各機関が行う相談事業を紹介します。1人で悩まず、まずはご相談ください。

相談名	内 容	日 時	場 所	予約・問い合わせ
日曜納税窓口・納税相談	市税などの納付・相談	2・9・16・23・30日 9時~12時	市役所税務課	同左☎73-0087
税の無料相談(要予約)	税金全般に関する相談	11日 10時~15時	銚子商工会館	県税理士会銚子支部 ☎22-3901(平日午後)
法律相談(要予約)	法律全般に関する相談	17・31日 13時~	市民ふれあいセンター	社会福祉協議会 ☎73-0759
司法書士による電話相談	登記・法律・債務など	毎週月・水(祝日除く)14時~17時	電話のみ ☎0120-971-438	千葉司法書士会 ☎043-246-2666
千葉司法書士会無料相談	登記・法律・債務など	8日 13時~17時 ※6日までに要予約	旭市民会館	司法書士桜井事務所 ☎22-0186
行政書士会無料相談	相続・遺言・許認可など	23日 13時~16時	市民ふれあいセンター	梶山☎72-1639
人権・行政合同相談	人権に関わる悩み、行政に関する相談など	7日 10時~15時 20日 13時~15時	市民ふれあいセンター 野栄総合支所	秘書課☎73-0080
常駐人権相談	人権に関わる悩みなど	毎週水 9時~16時	法務局匝瑳支局	同左☎72-0334
福祉電話相談	福祉全般に関する相談	24時間 365日 ※訪問相談有り。 夜間は電話転送で対応。	電話のみ☎60-2578	海匠ネットワーク
身障者更生相談(要予約)	補装具に関する相談	13日 10時~12時	九十九里ホーム病院	福祉課☎73-0096
精神保健福祉相談(要予約)	心の健康など	25日 13時30分~15時30分	八日市場地域保健センター	同左☎72-1281
ピアサポート相談(要予約)	心の健康など(病気の経験者が対応)	11日 10時~12時	八日市場地域保健センター	千葉県海匠保健所 ☎22-0206
DV被害相談	配偶者などからの暴力に関する相談	月~金(祝日除く)9時~17時 毎日 24時間 ※女性のみ	海匠健康福祉センター 電話のみ☎043-206-8002	同左☎22-3101(電話受付) 千葉県女性サポートセンター
家庭児童相談	不登校・児童虐待など	月~金(祝日除く)9時~16時	市役所福祉課	同左☎73-0096
子育て電話相談	子育ての悩みなど	月・水・金(祝日除く)9時~16時	電話のみ☎80-9560	生涯学習室
消費生活相談	契約時のトラブル・多重債務など	月・火・木・金(祝日除く)、12日 9時~12時、13時~16時	市役所産業振興課	消費生活センター ☎74-7007
クレジット・サラ金相談(要予約)	借金問題など	毎週月(祝日除く)13時~16時 ※初回のみ無料(30分)	裁判所内 弁護士会館 (八日市場イ2755番地)	八日市場法律相談センター ☎72-0271
地域若者サポートステーション	若者無業者の自立支援	25日 10時~17時	市民ふれあいセンター	ワークスコープ ☎0476-24-7880
交通事故相談(要予約)	示談交渉や損害賠償など	7日 10時~15時 ※受け付け14時30分まで	市民ふれあいセンター	環境生活課☎73-0088

※市外局番の無いものは「0479」です。