

健康と福祉

福祉フェスティバル

日時・場所 11月17日(土)午後0時30分から4時、けやきプラザ
内容 吹奏楽(我孫子中学校)、合唱(我孫子第一小学校)、マジック、落語、舞踊ほか
費用 500円

日時・場所 11月21日(水)午後2時から4時20分、市民プラザ
対象 ボランティアに興味のある方、参加したい方(参加無料)
申し込み・問い合わせ 電話かEメールで我孫子北地区社会福祉協議会

ボランティア交流会

日時・場所 11月21日(水)午後2時から4時20分、市民プラザ
対象 ボランティアに興味のある方、参加したい方(参加無料)
申し込み・問い合わせ 電話かEメールで我孫子北地区社会福祉協議会

リウマチの会

日時・場所 11月7日(水)午後1時30分から3時30分、けやきプラザ
内容 講演「関節リウマチの治療はどう変わったか」講師：鈴木博史さん(専門医)、相談会
定員 先着70人(参加無料)
申し込み・問い合わせ 電話で水門7184・5783へ

医療講演会・相談会

日時・場所 11月7日(水)午後1時30分から3時30分、けやきプラザ
内容 講演「関節リウマチの治療はどう変わったか」講師：鈴木博史さん(専門医)、相談会
定員 先着70人(参加無料)
申し込み・問い合わせ 電話で水門7184・5783へ

障害者施設・作業所 見学ツアー

日時 ①11月15日(木) ②16日(金) 午前9時30分から午後4時
場所 我孫子南近隣センター、市内施設・作業所8カ所
内容 障害者施設の見学(参加無料、昼食代のみ実費)
定員 先着10人(2日間通して参加できる方)
申し込み・問い合わせ 電話でボランティアセンター

身体障害者のためのパソコン講座

日時・場所 12月6・13・20・27日、08年1月10・17・24日のいずれも木曜日午後1時から3時
参加費 9000円(宿泊含)
※詳しくは千葉言友会事務局へ

日時・場所 11月23日(祝)・24日(土)、さわやかばら県民プラザ
内容 講演会、分科会ほか
定員 40人(要事前予約)
参加費 9000円(宿泊含)
※詳しくは千葉言友会事務局へ

日時・場所 11月23日(祝)・24日(土)、さわやかばら県民プラザ
内容 講演会、分科会ほか
定員 40人(要事前予約)
参加費 9000円(宿泊含)
※詳しくは千葉言友会事務局へ

日時・場所 11月26日(月)から30日(金)、松戸市(参加無料)
内容 簿記、ワード、エクセル
対象・定員 60歳代の市内在住20人(応募多数時は抽選)
※詳しくは(社)千葉県シルバー人材センター連合会へ

日時・場所 11月17日(土)、千葉市(参加無料)
内容 講義：福祉施設での看護士の役割、施設見学など
対象・定員 福祉施設などに就職を希望する方、先着20人
※詳しくは県福祉人材センターへ


日時・場所 11月18日(日)午前10時20分から正午、市民プラザ
内容 認知症を正しく理解してもらい、認知症の方やご家族を温かく見守るための講座
定員 先着50人(参加無料)
申し込み・問い合わせ 電話かEメールで我孫子北地区社会福祉協議会

日時・場所 11月23日(祝)・24日(土)、さわやかばら県民プラザ
内容 講演会、分科会ほか
定員 40人(要事前予約)
参加費 9000円(宿泊含)
※詳しくは千葉言友会事務局へ

～食を知って育もう！あなたの健康生活～ 健康フェア2007 けやきプラザで開催

11月10日(土)
★みんなで踊ろう！よさこいソーラン(小雨実施) …12時30分～13時30分

★基調講演「料理は、楽しくシンプルに」
 ～家族の笑顔は食卓から～
講師…奥園壽子さん(家庭料理研究家)〈写真〉
時間 午後2時から3時30分(開場午後1時30分)
場所 けやきプラザ2Fふれあいホール
定員 500人(参加無料)
※申し込み不要、直接お越しください。

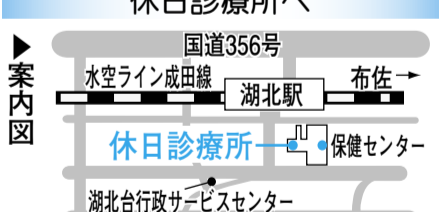


- 11月11日(日)**
- ★心の健康講演会「生きる力・支える力～心の病気や薬と友達になることの大切さ～」
 講師…木村尚美さん(ひだクリニック デイ・ナイトケア「るえか」所長) & 「るえか」メンバー…13時30分～15時30分
 - ★8020運動推進キャンペーン「よい歯、いい顔、ニコニコキャラバン オーラルケア・シアター～ミッフィーとうたおう～」…11時30分～12時30分、14時～15時
 - *市民歯科健診・親子歯科相談(社)我孫子市歯科医師会)…10時30分～14時
 - *朝食レシピコンクール表彰式・試食 …12時50分～13時20分
 - *健康相談(社)我孫子市医師会)…10時～12時、13時～15時(先着順)
 - *禁煙相談～ニコチンの身体に及ぼす影響をもう一度考えよう～(我孫子市薬剤師会)…10時～12時、13時～15時(先着順)
 - *「みんなで一緒に介護予防！体験しよう高齢者の身体と認知症のこころ」高齢者疑似体験など…10時～15時
 - *健康づくり推進員コーナー…10時～15時
 - *自彊術(じきょうじゆつ)体験 講師…加納幸子さん…10時～11時15分
 - *太極拳(楊名時くようみょうじ)体験 講師…渡辺三千子さん…11時30分～12時45分
 - *体力測定 10m障害歩行・上体起こし・握力・長座体前屈など…10時～15時
 - *健康サポートクラブ体験コーナー エアロバイク体験など…10時～15時
 - *模擬店(市内福祉作業所)…10時～15時
 - *プチゲーセン…10時～15時

手賀沼ふれあいうオーク
日時 11月11日(日)午前8時から受け付け、9時30分スタート(雨天実施・荒天中止)
集合場所 手賀沼公園多目的広場
距離 ①3km②4km③8km④10km⑤20km
参加費 事前…300円、当日…500円(小学生以下はいずれも100円)
申し込み 事前…指定用紙(市役所、各行政サービスセンター、公民館、近隣センター、市民体育館、保健センター、市内各郵便局に用意)で参加費を郵便振替し、受領書を当日持参
当日…集合場所で受け付け
健康づくり支援課(健康フェア実行委員会事務局) ☎7185-1126

小児救急電話相談
 土・日曜・休日、年末年始の19時～22時に、看護師や小児科医が電話相談に応じます。
☎#8000または043-242-9939

日曜・休日に病気・歯痛になったら 休日診療所へ



診療科目 内科、小児科、歯科(AMのみ)
受付時間 9:00～11:30、13:00～16:30
休日診療所 ☎7187-7020

休日・夜間に病気になったら ☎7184-0119(消防署)へ 休日・夜間救急病院

アビコ外科整形外科病院	我孫子 4-22-22
我孫子聖仁会病院	柴崎 1300
我孫子つくし野病院	つくし野 131-1
我孫子東邦病院	我孫子 1851-1
平和台病院	布佐 834-28

小児救急病院
取手協同病院 取手市本郷 2-1-1
 ※休日や深夜等の診療料は、時間外加算のため割高になります。

◎心の健康に関する教室
福祉総合相談室・内線 421

項目	日時	場所
心の健康クラブ	19日(月)14:00～16:00	保健センター
アルコール教室	2日(金)13:30～15:00	保健センター

◎健康づくりうんどう教室
健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126

日時	場所
14日(水)10:00～11:00	布佐南公園(雨天中止)
20日(火)10:00～11:00	湖北中央公園(雨天時は保健センター)
16日(金)10:00～11:00	天王台西公園(雨天中止)

◎各種健診と健康教室
健康づくり支援課(保健センター) ☎7185-1126

項目	期日	対象
あわせママパパ学級	3日(祝)10・17日(土)	妊娠20週以降の方とその夫、ご家族の方
ポリオ(小児マヒ生ワクチン投与)	6・13・20日(火)	生後3カ月～90カ月未満児
1歳6カ月児健康診査	8日(木)15日(木)	平成18年3月21日～4月30日生まれ
2歳8カ月児歯科健診(希望者にフッ化物塗布)	22日(木)	平成17年3月生まれ
3歳児健康診査	1日(木)	平成16年4月11日～4月30日生まれ
離乳食教室(4～6カ月児)	30日(金)	乳児の保護者(先着30人、要予約)
後期離乳食教室(8～9カ月児)	9日(金)	乳児の保護者(先着20人、要予約)
健康いきいき教室	12日(月)26日(月)	体を動かしたい方(13:00～13:30受付)

健康メモ 284

インプラント治療について

失った歯の治療方法のひとつにインプラント治療があります。インプラント(歯科用)は、天然歯根の代用となる人工歯根のことで、外科手術により顎の骨に埋め込みます。埋め込まれたインプラントは、平均6～12週間の治療期間を経て、骨にしっかりと結合されます。

今まで、失った歯の治療方法は、ブリッジか入れ歯が一般的でした。

しかしブリッジにするためには、両隣の歯をかなり削らなくてはなりません。神経の生きていない歯では、痛みが出てしまうこともあります。その点、インプラントでは両隣の歯を削る必要はありません。

また入れ歯の場合ではかむ力が元の歯にくらべて弱くなるうえ、取り外しが必要となります。その点インプラントは、固定式で顎の骨としっかりとくっつき、

失った歯の治療方法のひとつにインプラント治療があります。インプラント(歯科用)は、天然歯根の代用となる人工歯根のことで、外科手術により顎の骨に埋め込みます。埋め込まれたインプラントは、平均6～12週間の治療期間を経て、骨にしっかりと結合されます。

今まで、失った歯の治療方法は、ブリッジか入れ歯が一般的でした。

しかしブリッジにするためには、両隣の歯をかなり削らなくてはなりません。神経の生きていない歯では、痛みが出てしまうこともあります。その点、インプラントでは両隣の歯を削る必要はありません。

また入れ歯の場合ではかむ力が元の歯にくらべて弱くなるうえ、取り外しが必要となります。その点インプラントは、固定式で顎の骨としっかりとくっつき、

丈夫な土台となるので、りんご、たくあん、せんべい、あわびの造り、するめなどまで、ほとんどのものを強くかむことができます。手入れも楽であり、さらに審美的にも改善されます。

また、適応年齢も最低16歳以上であれば上限がありません。

ただし、インプラントは保険診療ではないので、自費扱いとなります。

また骨などの状態により、誰でも対応できるとは限らないので、まずはかかりつけの歯科医にご相談ください。

もちろん、日ごろから虫歯予防を励行し、歯を失うことのないよう心がけてください。

☎(社)我孫子市歯科医師会 ☎7185・9554