

120万歩健康ウォーキング事業

第12回富里にんじんウォーク 成人保健班

ウォーキングで健康づくりをしながら、市の特産物にんじんと富里の自然に触れ、日ごろのウォーキングの成果を発揮しながら「まち発見」をしませんか。

日時 11月25日(土) 8:30~12:00(スタート9:00)

※荒天時中止

場所 すこやかセンター集合

定員 先着300人

対象 小学生以上(小学生は同伴者が必要です)

コース 立沢~高松(香取神社)方面散策

○約10kmコース(ロングコース)

○約6kmコース(ショートコース)

費用 ○19歳以下 100円(保険料含む)

○20歳以上 500円(保険料含む)

持ち物 歩きやすい服装、運動靴、タオル、飲み物など

申込み 10月2日(月)から11月17日(金)までに、健康推進課窓口に持参、電話、FAX、メール(kenkou@city.tomisato.lg.jp)のいずれかの方法で申込み

※詳しくは申込みされた人に通知します。

プレパパママ教室
(土曜日コース) 母子保健班

日時 11月11日(土)

①9:00~11:30 ②13:00~15:30

内容 妊娠中の生活、ママと赤ちゃんのお口の手入れ&栄養、お風呂の入れ方、妊婦体験(パパ)

場所 すこやかセンター3階

対象 令和6年1・2・3月出産予定の初産婦の人

定員 各回8組

持ち物 母子手帳

費用 250円(テキスト代)

申込み 11月6日(月)までに電話予約



千葉いのちの電話

第35期ボランティア相談員募集 成人保健班

『千葉いのちの電話』とは、研修を受けた無償の市民ボランティアにより、電話相談をはじめ、対面やインターネットで幅広い内容の相談を受け付けているほか、大切な人を自死で亡くされた遺族の心のケアを行っています。

相談員活動に興味をお持ちの人は問い合わせてください。

募集資格 ①年齢20歳以上(令和5年4月現在)

②資格・経験不問

③基礎研修講座と宿泊研修に出席できること

研修期間 令和6年4月5日~令和7年3月22日

受講料 有料

応募締切 12月20日(水)当日消印有効(応募用紙あり)

申込み 社会福祉法人 千葉いのちの電話 事務局

☎043(222)4416(月~金曜日9:00~17:00)

第41回 目の愛護デー
無料電話相談のお知らせ

成人保健班

10月10日の「目の愛護デー」を記念して、千葉県眼科医会会員が目の健康についての相談にお答えします。

日時 10月15日(日) 9:00~16:00

電話番号 ☎043(242)4271(当日のみ)

費用 無料

☎千葉県眼科医会事務局

☎04(7186)7425(火・金曜日)

成田赤十字病院
公開健康講座開催

成人保健班

日時 10月14日(土) 14:00~15:30

場所 赤坂ふれあいセンター 大会議室

<成田市赤坂2-1-14>

内容 「急に子供が体調不良!その時にどうするか」

講師 土持 太一さん(成田赤十字病院 小児科副部長)

定員 80人

費用 無料

申込み 10月2日から申込開始

成田赤十字病院社会課に電話 ☎(22)2311

または成田赤十字病院ホームページから受付

※詳しくは成田赤十字病院社会課に
問い合わせてください。



富里市地区保健推進員活動記⑤

「こんにちは、地区保健推進員です!
~私たちは地区の健康づくりをサポートしています~」

【南小地区】

南小地区では、地区社会福祉協議会主催の子育て及び高齢者支援『みんなでキラキラ』に携わっています。また、1歳のお誕生日を迎えるお子さんのお宅に歯ブラシやパンフレットを届ける1歳児訪問を行っています。



上段左より) 山下 幸子(武州)、阿部 百合子(葉山)、
小川 茂美(三区)、福田 明美(立沢台)

下段左より) 大塚 友子(東立沢)、吉田 幾久子(旭)、
三上 千晶(三区) <敬称略>