すこやかライフ

●墨田区保健所のホームページ
http://www.city.sumida.lg.jp/hokenzyo/
●向島保健センター：〒131－0032 東向島5－16－2 ☎3611－6135
●本所保健センター：〒130－0005 東駒形1－ 6 －4 ☎3622－9137

都内の医療機関情報案内（24時間案内）
●都医療機関案内サービス「ひまわり」☎5272-0303・FAX5285-8080
●東京消防庁「救急相談センター」
▶携帯・PHS・プッシュ回線 ☎＃7119
▶23区ダイヤル回線 ☎3212-2323

皆さまからお寄せいただいたご意見等の概要と区の考え方を閲覧できます

平成28年度墨田区食品衛生監視指導計画案

[閲覧期間]3月31日（木）まで**[閲覧場所]**生活衛生課（区役所5階）、区民情報コーナー（区役所1階） ＊土・日曜日、祝日は区民情報コーナーのみ ＊区ホームページでも閲覧可**[問合せ]**生活衛生課食品衛生係☎5608－6943

子育ての悩みなどを話し合うことで、気持ちを楽にしませんか

ママのゆったりタイム

[とき]4月7日（木）、5月12日（木）午前10時～11時15分 ＊保育の受付は午前9時半～9時45分**[ところ]**向島保健センター**[対象]**区内在住の乳幼児の母親**[定員]**各日先着10人程度**[費用]**無料**[申込み]**3月14日午前8時半から電話で向島保健センターへ ＊子どもは別室で保育士が保育（事前申込みが必要）

犬の飼い主は、愛犬のためにお忘れなく

平成28年度狂犬病予防注射

犬の飼い主には、毎年4月～6月に、飼い犬へ狂犬病予防注射を受けさせることが、法律で義務付けられています。この期間に動物病院または下表の集合注射実施会場で、必ず予防注射を受けさせてください。

また、犬の所在地・所有者に変更があった場合や、犬が死亡したときは、届出をお願いします。

[費用]3650円（注射料金、注射済票交付手数料） ＊飼い犬の登録を行っていない場合は、別途、登録事務手数料3000円が必要 ＊動物病院では、それぞれ独自に料金を設定**[問合せ]**生活衛生課生活環境係☎5608－6939

■狂犬病予防注射の集合注射実施日時・会場

とき	ところ
4月11日（月）午後1時半～3時 ＊雨天時は4月18日（月）に延期する場合あり	東あずま公園（立花2－32－12）
4月12日（火）午後1時半～3時 ＊雨天時は4月19日（火）に延期する場合あり	錦糸公園（錦糸4－15－1）
4月13日（水）午後1時半～3時 ＊雨天時は4月20日（水）に延期する場合あり	京島西公園（京島1－22－3）
4月14日（木）午後1時半～3時 ＊雨天時は4月21日（木）に延期する場合あり	業平公園（業平2－3－2）
	吾嬬西公園（八広6－53－16）
4月15日（金）午後1時半～3時 ＊雨天時は4月22日（金）に延期する場合あり	立川第二児童遊園（立川3－15－6）
4月17日（日）午前10時～正午 ＊雨天決行	隅田川緑道公園（堤通1－19・白鬚橋下流側高架下）
4月17日（日）午後2時～4時 ＊雨天決行	吾妻橋公園（吾妻橋1－12－1・吾妻橋下流側高架下）

注雨天時の実施の可否については、当日午前11時以降に生活衛生課までお問い合わせください（4月17日を除く）。

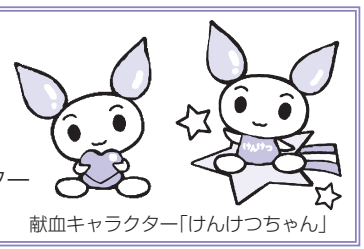
まず、知ることが大切です！

お酒の飲み方で困っている方の講座（本人向け）

[とき]4月13日（水）午後2時～3時半**[ところ]**向島保健センター**[対象]**区内在住在勤の方**[定員]**先着15人**[費用]**無料**[申込み]**3月14日午前8時半から電話で向島保健センターへ

献血にご協力を！

日時・会場についてはお問い合わせください。
[問合せ]東京都赤十字血液センター
☎5534－7550 ＊東京都赤十字血液センターのホームページでもご確認いただけます。


献血キャラクター「けんけつちゃん」

新米パパを応援します！

パパのための出産準備クラス

[とき]4月16日（土）午前9時半～正午**[ところ]**本所保健センター**[対象]**区内在住で当日妊娠25週以降（初産）の夫婦**[定員]**20組 ＊定員を超えた場合は出産予定日が早い方を優先**[費用]**無料**[申込み]**講座名・開催日・住所・夫婦の氏名・電話番号・出産予定日を往復はがきで3月21日（消印有効）までに本所保健センターへ

同じ境遇の方と情報交換しませんか

こころの病をもつ方の家族会

[とき／ところ]▶4月28日（木）／向島保健センター ▶5月9日（月）／本所保健センター ＊いずれも午後1時半～3時半**[内容]**日ごろの悩みについての話合いや、病気・福祉制度などについての情報交換**[対象]**区内在住で、こころの病をもつ方の家族**[定員]**各日先着20人**[費用]**無料**[申込み]**事前に電話で、希望する日程の保健センターへ

緊急時や災害時に備えるため、ぜひ、ご活用ください

救急医療情報キットの配布

区では、緊急時や災害時に駆け付けた救急隊が迅速かつ適切な救急活動を行えるよう、「救急医療情報キット」を配布しています。このキットは、かかりつけ医療機関や服薬内容等の医療情報、緊急連絡先などを記入した情報シートと、保険証の写しなどを専用の容器に入れ、ご自宅の冷蔵庫で保管していただくものです。

すでにキットをお持ちの方で、情報シートの記入情報に変更があった方は、内容の更新をお願いします。

[対象]健康に不安を抱えている方**[費用]**無料**[入手方法]**区が指定する薬局へ申出**[問合せ]**保健計画課保健計画担当☎5608－1305

平成27年4月1日～11月1日に妊娠の届出を行った方は、至急ご予約ください！

出産・子育て応援事業（ゆりかご・すみだ事業）

区では、昨年11月2日から「出産・子育て応援事業（ゆりかご・すみだ事業）」を実施しています。

この事業は、妊娠中に助産師または保健師等が妊婦ご本人と面接を行い、出産や子育てに関する様々な心配ごとをお聴きして、必要な支援を行うものです。面接を行った方には、育児パッケージ（こども商品券1万円分）をお渡しします。

本事業開始前の平成27年4月1日～11月1日に妊娠の届出を行った方で、面接日現在、墨田区に住民登録がある妊産婦の方も対象となりますが、本年3月31日（木）までに面接を済ませる必要があります。

まだお済みでない方は、下記のいずれかの面接場所に電話で予約をお願いします。

[面接場所]▶向島保健センター ▶本所保健センター ▶保健計画課健康推進担当☎5608－8514 ▶子育て支援総合センター☎5630－6351

がん検診で「要精検」と判定された方へ

精密検査を必ず受けましょう

がん検診の結果で「要精密検査（要精検）」と判定された方は、がんであるかどうかを確定するために、精密検査を受ける必要があります。

しかし、「症状がないから」、「時間がないから」といった理由で精密検査を受けないと、見つかるはずのがんを放置してしまうことになります。これでは、がん検診を受けた意味がなくなってしまいます。

がんの多くは、早期発見・早期治療を行うことで、90%以上の人が治るようになっています。

がん検診で「要精密検査（要精検）」と判定されたら、必ず精密検査を受けましょう。また、「精検不要（異常なし）」と判定された方も、定期的にがん検診を受けましょう。

[問合せ]保健計画課健康推進担当☎5608－8514

☎＝電話 FAX＝ファクス ✉＝Eメール ＝ホームページアドレス