

令和6(2024)年度

# こだいら健康ガイド

検(健)診申込ハガキ・MAP付き



健康都市  
みずから健康をつくるこだいら

小平市

野菜を  
一皿  
プラス!

1日の野菜摂取目標量は、カリウム、食物繊維、抗酸化ビタミン等の適量摂取が期待される量として350g以上とされています。しかし、現状は、平均280g程度と約7割の人が目標量に達していません。毎日、もう一皿の野菜料理(70g)を加えましょう。



70gのほうれんそうゆで原寸大

生のものとゆでたものではこれだけかさ(体積)が違います!

## 手軽に、野菜をちょい足ししよう!

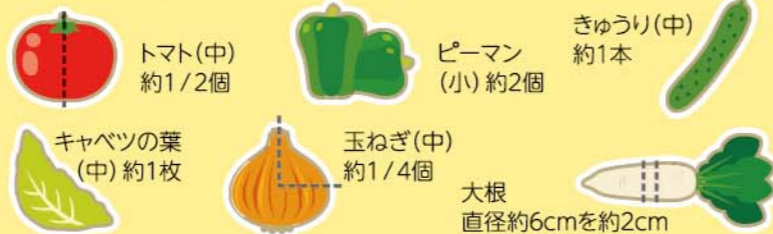
~もう一皿分の野菜を足すための工夫~

- 1 包丁いらすの生野菜や、カット野菜、冷凍野菜をストックしておこう
- 2 野菜は、レンジ加熱で、かさ(体積)を減らして食べやすく!
- 3 そう菜(袋入りサラダ、スティック野菜、レトルトの野菜のおかずなど)を活用してみよう
- 4 忙しい日や外出先では、野菜ジュースでもOK!

もっと詳しく知りたい方は…「野菜、あと一皿!」をチェック!→  
出典:東京都保健医療局



70gの野菜とは・・・



【発行】小平市 健康福祉部 健康推進課 電話042-346-3700  
〒187-0043 小平市学園東町1-19-12 小平市健康センター  
【制作】株式会社中央シオマチックス

見やすく読みまちがえにくいユニバーサルデザインフォントを採用しています。UD FONT

# 目次

※ここに掲載している事業は令和6(2024)年度の予定です。  
本文中の市報掲載は都合により変更する場合があります。  
申込期間内でも定員に達した場合は受付終了となります。

各種健診・検診申込み方法				P.1
項目	市報掲載	申込期間	実施期間	ページ
<b>大人の健康診査(特定・一般・歯科)</b>				<b>P.1</b>
特定健康診査・一般健康診査	対象者には6月下旬にご案内をお送りします		7月～	
25～39歳の方の健康診査	4月20日号	4月20日～翌年2月15日	7月1日～翌年2月28日	
成人歯科健診	4月5日号	4月5日～翌年1月31日	6月1日～翌年2月28日	
人間ドック・脳ドック利用費補助				
<b>大人の検診(がん・その他)</b>				<b>P.2～</b>
胃がん・大腸がん検診(健康センター)				
●胃がん検診	夏期	4月5日号	市報参照	6月～7月の指定日
	秋期	8月20日号	市報参照	10月～12月の指定日
●大腸がん検診	夏期	4月5日号	市報参照	6月～7月の指定日
	秋期	8月20日号	市報参照	10月～12月の指定日
大腸がん検診(指定医療機関)		6月20日号	申込不要、直接医療機関へ	7月1日～翌年2月28日
胸部(肺がん・結核)健診	秋期	7月5日号	7月5日～12日	9月の指定日
	冬期	11月20日号	11月20日～27日	1月の指定日
30歳代 乳がん検診		4月20日号	4月22日～翌年1月31日	6月1日～翌年2月28日
40歳以上 乳がん検診				
●指定医療機関で受診	春期	4月20日号	4月22日～5月2日	6月1日～翌年2月28日
	夏期	7月5日号	7月5日～12日(※)	
		9月20日号	ピンクリボンキャンペーン:9月20日～9月30日(※) ※定員に空きがある医療機関のみ	
●健康センター(検診車)で受診	夏期	4月20日号	4月22日～5月2日	6月下旬～7月上旬の指定日(市報参照)
	秋期	9月20日号	9月20日～9月30日	11月下旬～12月初旬の指定日(市報参照)
子宮頸がん検診				
●指定医療機関で受診		3月20日号	3月21日～翌年1月31日	5月1日～翌年2月28日
●公立昭和病院で受診		3月20日号	3月21日～5月31日	6月1日～10月31日
乳がん・子宮頸がんセット検診				
●小金井つるかめクリニックで受診		3月20日号	3月21日～翌年1月31日	6月1日～翌年2月28日
前立腺がん検診		6月20日号	6月20日～翌年2月15日	7月1日～翌年2月28日
骨粗しょう症検診	第1回	6月20日号	6月20日～30日	8月下旬、9月上旬の指定日
	第2回	11月5日号	11月5日～15日	1月上旬の指定日
肝炎ウイルス検診		6月20日号	6月20日～翌年2月15日	7月1日～翌年2月28日
<b>大人の予防接種</b>				<b>P.4</b>
高齢者インフルエンザ予防接種	10月1日号		10月1日～翌年1月31日	
高齢者肺炎球菌予防接種	対象者には予診票を郵送します		4月1日～翌年3月31日	
風しんの予防接種			4月1日～翌年3月31日	
带状疱疹任意予防接種費用の一部助成	4月5日号		4月1日～翌年3月31日	
<b>大人の健康教室・相談</b>				<b>P.5</b>
●健康教室(血管力アップ教室、男の健康塾、女性のためのセルフケア教室、大人のための運動教室、こだ健体操教室など)				
●健康相談(健康づくり相談、医師による健康づくり相談、特定保健指導)				
<b>こどもの健診・相談</b>				<b>P.6</b>
妊産婦・乳幼児の健康診査・相談会など、乳幼児期のお子さんに関する相談窓口、子どもの予防接種				
<b>病院・診療所等一覧表</b>				<b>P.7～</b>
●休日応急診療、準夜応急診療、電話相談窓口 ●在宅医療が必要な方へ ●病院・診療所等一覧表				
<b>病院・診療所等マップ</b>				<b>P.14～</b>



プロジェクトK(プロジェクトチーム 健康チェッカーズ)  
市民の健康を可視化し、市民の皆様が自身の健康を自らチェックできるような体制づくりを目的としたプロジェクトチームを発足しました。

切手を貼って投函してください

郵便はがき

187-0043

小平市学園東町1-19-12  
小平市健康センター  
(健康推進課) 行

20歳以上  
子宮頸がん検診申込みはがき

切手を貼って投函してください

郵便はがき

187-0043

小平市学園東町1-19-12  
小平市健康センター  
(健康推進課) 行

申込みはがき

※申込期間中の受付となります(消印有効)。各健診・検診・相談等の申込期間は該当するページでご確認ください。

切手を貼って投函してください

郵便はがき

187-0043

小平市学園東町1-19-12  
小平市健康センター  
(健康推進課) 行

40歳以上  
乳がん・子宮頸がんセット検診  
申込みはがき

切手を貼って投函してください

郵便はがき

187-0043

小平市学園東町1-19-12  
小平市健康センター  
(健康推進課) 行

申込みはがき

※申込期間中の受付となります(消印有効)。各健診・検診・相談等の申込期間は該当するページでご確認ください。

キリトリ

## 40歳以上 乳がん・子宮頸がんセット検診

実施機関：小金井つかめクリニック

※前年度中に小平市のマンモグラフィ検査  
または子宮頸がん検診を受診した方は受診できません。

※**申込期間 令和6年3月21日～令和7年1月31日の間にご郵送ください。**  
(申込期間内でも定員になり次第募集を締め切ることがあります)

内容など詳細はP.3

住所	小平市				
ふりがな					
氏名					
生年月日	大正	年	月	日生(年齢)	歳
電話番号	( )	-			

### 申込み

※申込期間中の受付となります(消印有効)。  
各健診・検診・相談等の申込期間は該当するページでご確認ください。

住所	小平市				
ふりがな					
氏名					性別 男・女
生年月日	大正	年	月	日生	年齢 歳
電話番号	( )	-			

備考					
----	--	--	--	--	--

## 20歳以上 子宮頸がん検診

※前年度中に小平市の子宮頸がん検診を受診した方は受診できません。

※**申込期間 令和6年3月21日～令和7年1月31日の間にご郵送ください。**  
(申込期間内でも定員になり次第募集を締め切ることがあります)

内容など詳細はP.3

どちらかに○を	1	小平市・国分寺市の指定医療機関			
	2	公立昭和病院(6～10月実施、5月31日締切)			
住所	小平市				
ふりがな					
氏名					
生年月日	大正	年	月	日生(年齢)	歳
電話番号	( )	-			

### 申込み

※申込期間中の受付となります(消印有効)。  
各健診・検診・相談等の申込期間は該当するページでご確認ください。

住所	小平市				
ふりがな					
氏名					性別 男・女
生年月日	大正	年	月	日生	年齢 歳
電話番号	( )	-			

備考					
----	--	--	--	--	--

## 各種健診・検診申込み方法


※目次に掲載されている申込期間中のみの受付です。

健診・検診を受診することはとても大切です。ご自身の健康管理のため、また疾病の早期発見・早期治療のため、ぜひ受診しましょう。

### ①はがきによる申込み

はがきに必要な事項(下記「必要事項」参照)を記入し、小平市健康センター(健康推進課)へ郵送  
一部の健診・検診は、巻頭のはがきに、郵便切手を貼って郵送も可。原則、1つの健診(検診)・1人につき、1枚のはがきをご使用ください。

※ただし、1人で複数の健診・検診を申込み、多数の方が同時に申込みなどの場合は、はがき大の用紙にそれぞれ1枚ずつ必要事項を記入したものを同封して封書で申込みことも可能です。

(表面)	(裏面)
 <p>郵便はがき 切手 187-0043</p> <p>小平市学園東町1-19-12 小平市健康センター (健康推進課)行</p>	<p><b>必要事項</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①希望する健診・検診名</li> <li>②住所</li> <li>③氏名(ふりがな)</li> <li>④性別</li> <li>⑤生年月日</li> <li>⑥電話番号</li> <li>⑦備考※</li> </ol>

備考が必要な健診・検診は下記のとおりです。

- 胃がん・大腸がん検診(健康センター)
- 胸部(肺がん・結核)健診
- 40歳以上乳がん検診  
(指定医療機関を選んで受診、健康センターで受診)
- 子宮頸がん検診(公立昭和病院で受診)
- 骨粗しょう症検診

※希望日、場所など詳しくは、各健診・検診のページ、市報こだいらをご覧ください。目次の市報掲載号は都合により変更する場合があります。

【はがきのあて先】〒187-0043 小平市学園東町1-19-12  
小平市健康センター(健康推進課)行

### ②窓口での申込み(閉庁日・申込期間外を除く)

小平市健康センター(健康推進課)、東部出張所、西部出張所、動く市役所

### ③インターネットによる申込み(電子申請)

QRコード対応機種以外のスマートフォン、パソコンから申請する場合は、小平市ホームページの「電子申請サービス」ページから申請できます。トップページ中段、右側にあります。



※QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。

## 大人の健康診査(特定・一般・歯科)

健康推進課 予防担当 ☎042-346-3700

### 特定健康診査・一般健康診査

申込不要 個別

生活習慣病の予防・早期発見のため、7月から指定医療機関で実施します。

対象の方には6月下旬に受診に必要な書類を送付します。受診期間など、詳しくは送付される書類をご確認ください。

**対象** ●40歳から74歳までの小平市国民健康保険加入者  
●後期高齢者医療制度加入者(75歳以上の方等)  
●40歳以上の生活保護受給中の方  
●40歳以上で4月2日以降に小平市国民健康保険に加入した方(保険年金課 ☎042-346-9529)へお申込みください。

**診査内容** 必須項目…身体計測、診察、血圧測定、血液検査、尿検査  
※医師が必要と判断した場合、心電図、眼底検査(各40歳以上)が実施されます。

※お勤め先の保険にご加入中の方は、健康診査の詳細については、お勤め先、または被保険者証に記載されている健康保険組合等へお問い合わせください。

### 25～39歳の方の健康診査

要申込 電子OK 個別

**対象** 昭和60年4月1日～平成12年3月31日生まれ

**診査内容** 身体計測、診察、血圧測定、血液検査、尿検査

**受診方法** 事前に市へ申込み(左記参照)。申込者に受診票を送付。指定医療機関で受診

※加入している健康保険の種類は問いません。不明な点は健康推進課(☎042-346-3700)へ。

### 成人歯科健診

要申込 電子OK 個別

**対象** 20歳以上の市民(平成17年3月31日以前生まれ)

**健診内容** 歯の検査、指導、歯周病検査

**健診場所** 市内指定医療機関

**受診方法** 事前に市へ申込み(左記参照)。その後、市から、健診票と市内指定医療機関一覧表を送付します。到着後、ご自身で歯科医院に予約し、受診してください。

### 人間ドック・脳ドック利用費補助

30歳以上の国保加入者、後期高齢者医療制度加入者を対象に補助します。詳しくは各窓口にお問い合わせください。

国民健康保険に加入の方

…保険年金課 国民健康保険担当(☎042-346-9529)

後期高齢者医療制度に加入の方

…保険年金課 後期高齢者医療・年金担当(☎042-346-9538)

### 【P.1～P.3共通】

要申込 申込期間内に申込みが必要 申込不要 申込みは不要  
個別 個別に指定医療機関で受診 集団 指定会場で受診  
電子OK 電子申請での申込みが可能

# 大人の検診(がん・その他)

健康推進課 予防担当 ☎042-346-3700

## 胃がん・大腸がん検診(健康センター) 要申込 電子OK 集団

**◆胃がん検診**  
**対象** 35歳以上(平成2年3月31日以前生まれ)の市民  
**検診内容** ※年度中に1度だけ受診可能です。  
**受診方法** バリウムによるエックス線撮影  
 事前に市へ申込み(P.1参照)。申込者に受診票を送付。指定日に健康センターで受診。  
 ※受診日の決定は先着順ですので、ご希望に添えない場合があります。



**◆大腸がん検診**  
**対象** 35歳以上(平成2年3月31日以前生まれ)の市民で、指定医療機関での大腸がん検診を受診しない方  
 ※年度中に1度だけ受診可能です。  
**検診内容** 便の潜血反応検査(2日法)  
**受診方法** 事前に市へ申込み(P.1参照)。申込者に受診票と検便キットを送付。健康センターへ、採取した便を持参。

**【注意】** はがきで申し込む場合、はがきの備考欄には**【胃がん検診のみ希望】** **【大腸がん検診のみ希望】** **【胃がん・大腸がん両方希望】** のいずれかをご記入ください。胃がん検診を希望される方で希望日のある方は、必ず市報等で日程を確認のうえ、お書きください(複数記入可)

※精密検査を受けて治療中または経過観察中の方は受けられません(精密検査対象で未受診の方を含む)。  
 ※治療歴等により受診をお断りする場合があります。詳細については、市報等をご参照ください。

## 大腸がん検診(指定医療機関) 申込不要 個別

**対象** 35歳以上(平成2年3月31日以前生まれ)の市民で、健康センターでの大腸がん検診を受診しない方  
**検診内容** ※年度中に1度だけ受診可能です。  
**受診方法** 便の潜血反応検査(2日法)  
 市への申込み不要、直接指定医療機関へ受診希望の旨をお伝えください。  
 ※小平市の健康診査と同時に受診することも可能です。  
 ※精密検査を受けて治療中または経過観察中の方は受けられません(精密検査対象で未受診の方を含む)。  
 ※治療歴等により受診をお断りする場合があります。詳細については、市報等をご参照ください。



## 胸部(肺がん・結核) 健診 要申込 電子OK 集団

**対象** 40歳以上(昭和60年3月31日以前生まれ)で市内在住の方  
 ※学生、会社員など健診・検診を義務付けられている方、妊娠中または妊娠している可能性のある方は受診できません。また、自覚症状がある場合は健診を待たずに医療機関を受診してください。  
**検診内容** 胸部エックス線直接撮影、かくたん検査(問診により50歳以上で1日の喫煙本数×喫煙年数の数値が600以上で、たんの出る方など)  
 ※かくたん細胞診検査のみを行うことはできません。



**受診方法** 事前に市へ申込み(P.1参照)。申込者に受診票を送付。指定日に市内公共施設で受診。  
 ※受診日・会場の決定は先着順ですので、ご希望に添えない場合があります。  
**注意** はがきで申し込む場合、はがきの備考欄には希望日・会場を、必ず市報等で内容を確認のうえ、お書きください(第2希望まで記入可)。  
 ※精密検査を受けて治療中または経過観察中の方は受けられません(精密検査対象で未受診の方を含む)。  
 ※治療歴等により受診をお断りする場合があります。詳細については、市報等をご参照ください。

## 30歳代 乳がん検診 要申込 電子OK

小平市内の13医療機関で視診と触診ができます。  
**対象** 30歳~39歳の女性(昭和60年4月1日~平成7年3月31日生まれ)  
**検診内容** 視診・触診  
**受診方法** 申込み(P.1)後2~3週間で健康センターから検診票と指定医療機関一覧を送付します。到着後、予約していただき、受診となります。

**【受診できない方】**  
 ●精密検査を受けて治療中または経過観察中の方  
 ●胸部外傷で治療中の方  
 ●申込み後に市外に転出した方  
 ※授乳中の方もお申込みいただけますが、授乳中は乳腺が発達しているため正確な検査が難しいと言われてます。また、医師によってはお断りとなる場合がありますのでご了承ください。

## 40歳以上 乳がん検診 要申込 電子OK

**対象** 40歳以上(昭和60年3月31日以前生まれ)で、令和5年度に小平市のマンモグラフィ検査を受診していない女性  
 ※昨年度39歳で視触診のみを受診した方は、今年度マンモグラフィ検査を受診できます。  
**費用** 1,000円  
 ※生活保護受給者は受診時に生活保護受給証明書を医療機関に提出すれば無料。

**【受診できない方】**  
 ●胸部外傷で治療中の方 ●妊娠中または授乳中の方  
 ●断乳後6か月未満の方 ●豊胸手術後の方  
 ●ペースメーカーやシャントの入っている方  
 ●精密検査を受けて医療機関で治療中または経過観察中の方  
 ●申込み後に市外に転出した方  
 ●お体が不自由な方はマンモグラフィの撮影ができない場合があります

**受診内容** マンモグラフィ検査(乳房エックス線検査)  
**受診方法** 下記の①または②の方法で受診できます。  
 ①指定医療機関を選んで受診  
 受診したい医療機関を第3希望まで選んでお申込みください。受診できる医療機関は市報に掲載します。

乳がん検診指定医療機関(予定)  
 複十字病院 …… 清瀬市松山3-1-24  
 一橋病院 …… 小平市学園西町1-2-25  
 桜町病院 …… 小金井市桜町1-2-20  
 公立昭和病院 …… 小平市花小金井8-1-1  
 小金井つるかめクリニック …… 小金井市本町6-14-28  
 アクウエルモール3F

※受診できる曜日や時間帯に指定がある場合がありますので、各市報掲載号をご確認ください。  
 ②健康センター(検診車)で日程を選んで受診  
 受診日を第3希望まで選んでお申込みください。受診できる日は市報に掲載します。

## 子宮頸がん検診 要申込 電子OK

**対象** 20歳以上(平成17年3月31日以前生まれ)で、令和5年度に小平市の子宮頸がん検診を受診していない女性  
**【受診できない方】**  
 ●精密検査を受けて現在治療中または経過観察中の方  
 ●申込み後に市外へ転出した方

**検診内容** 視診・内診・細胞診(医師の判断により体がん検診が必要とされた方で、希望する場合は体がん検診も実施)  
**受診方法**  
 ①小平市・国分寺市の指定医療機関で受診

子宮頸がん検診指定医療機関(予定)  
 ジュンレディースクリニック …… 小平市喜平町1-14-20  
 中野産婦人科医院 …… 小平市津田町1-4-8  
 真能クリニック …… 小平市学園西町3-7-11  
 花小金井レディースクリニック …… 小平市花小金井南町1-19-3 1階  
 石川てる代ウィメンズクリニック …… 国分寺市南町3-1-28  
 新産婦人科医院 …… 国分寺市光町1-38-11  
 西国分寺レディースクリニック …… 国分寺市泉町2-9-3 2階  
 みずほ女性クリニック …… 国分寺市本町2-10-9  
 東もとまち婦人科クリニック …… 国分寺市東元町2-11-30  
 国分寺ウーマンズクリニック …… 国分寺市本町4-1-9 5階  
 東小金井さくらクリニック …… 小金井市東町4-37-26

②公立昭和病院で受診  
 申込み(P.1)後、案内の書類を送付します。到着後、予約していただき、受診となります。

## 乳がん・子宮頸がんセット検診 要申込 電子OK

**対象** 40歳以上(昭和60年3月31日以前生まれ)で、令和5年度に小平市のマンモグラフィ検査、子宮頸がん検診を受診していない女性

**【受診できない方】**  
 ●胸部外傷で治療中の方 ●妊娠中または授乳中の方  
 ●断乳後6か月未満の方 ●豊胸手術後の方  
 ●ペースメーカーやシャントの入っている方  
 ●乳房や子宮の精密検査を受けて医療機関で治療中または経過観察中の方  
 ●申込み後に市外に転出した方  
 ●お体が不自由な方はマンモグラフィの撮影ができない場合があります。

**費用** 1,000円  
 ※生活保護受給者は受診時に生活保護受給証明書を医療機関に提出すれば無料  
**検診内容** 子宮頸がん検診：視診、内診、細胞診  
 乳がん検診：マンモグラフィ検査(乳房エックス線検査)  
**受診方法**  
 小金井つるかめクリニックで受診  
 ※申込み(P.1)後、検診票・案内を送付します。到着後、予約していただき、受診となります。

## 前立腺がん検診 要申込 (受診方法による) 電子OK 個別

**対象** 50歳~74歳(昭和25年4月1日~昭和50年3月31日生まれ)の男性  
**検診内容** 血液検査によるPSA(前立腺特異抗原)検査  
**費用** 1,000円  
 ※生活保護受給者は受診時に生活保護受給証明書を医療機関に提出すれば無料  
**受診方法** 下記の①、または②の方法で受診できます。  
 ①小平市の健康診査と同時に受ける場合  
 申込み不要、健康診査の申込み時に受診希望の旨を指定医療機関にお伝えください。  
 ②前立腺がん検診のみ受診の場合  
 事前に市へ申込み(P.1)。申込者に受診券を送付。指定医療機関で受診

## 骨粗しょう症検診 要申込 電子OK 集団

**対象** 下表に該当する市内在住の女性  
 ※年度中に1度だけ受診可能です

40歳	…昭和59年4月1日~昭和60年3月31日
45歳	…昭和54年4月1日~昭和55年3月31日
50歳	…昭和49年4月1日~昭和50年3月31日
55歳	…昭和44年4月1日~昭和45年3月31日
60歳	…昭和39年4月1日~昭和40年3月31日
65歳	…昭和34年4月1日~昭和35年3月31日
70歳	…昭和29年4月1日~昭和30年3月31日

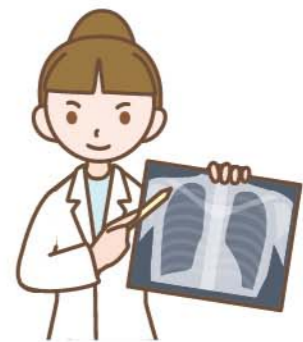
**検診内容** エックス線での骨密度測定(DXA法)、管理栄養士による講話、医師・保健師による指導など  
**受診方法** 申込期間に市へ申込み(P.1)。申込者に受診票を送付。指定日に健康センターで受診。



	市報掲載	申込期間	実施期間
第1回	6月20日号	6月20日~30日	8月下旬、9月上旬の指定日
第2回	11月5日号	11月5日~15日	1月上旬の指定日

## 肝炎ウイルス検診 要申込 (受診方法による) 電子OK 個別

**対象** 昭和60年3月31日以前生まれで、過去に市が実施した肝炎ウイルス検診を受けたことのない方  
**検診内容** 血液検査によるB型、C型肝炎検査  
**受診方法** 下記の①または②の方法で受診できます。  
 ①小平市の健康診査と同時に受ける場合  
 申込み不要、健康診査の申込み時に肝炎ウイルス検診希望の旨を指定医療機関にお伝えください。  
 ②肝炎ウイルス検診のみ受診の場合  
 事前に市へ申込み(P.1)。申込者に受診券を送付。指定医療機関で受診



# 大人の予防接種

健康推進課 予防接種担当 ☎042-346-3700

## 高齢者インフルエンザ予防接種

**対象** ①接種日時時点で65歳以上で小平市民の方  
②接種日時時点で60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障がい有し、日常生活が極度に制限される小平市民の方(身体障害者手帳1級程度)

**実施時期** 10月1日(火)～翌年1月31日(金) (予定)

**実施場所** 指定医療機関

**自己負担額** 2,500円(予定)  
※生活保護受給者は接種時に生活保護受給証明書を医療機関に提出すれば無料

**持ち物** 健康保険証、身体障害者手帳の写し(②の方のみ)、生活保護受給証明書(生活保護受給者のみ)

**方法** 指定医療機関に予約票が設置されていますので、直接指定医療機関へ。予約等が必要な医療機関もあります。事前に市報等をご確認ください。  
※医師の予診の結果、予防接種ができない場合があります。  
※入院などのやむをえない事情により指定医療機関以外での接種を行う場合は、事前にお問い合わせください(手続きに2週間程かかります)。

## 高齢者肺炎球菌予防接種

対象の方には、予約票を郵送する予定です。

**対象** ①接種日時時点で65歳の小平市民の方  
②接種日時時点で60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障がい有し、日常生活が極度に制限される小平市民の方(身体障害者手帳1級程度)

**実施時期** 4月1日(月)～翌年3月31日(月)

**実施場所** 小平市・国分寺市の指定医療機関(予約票と同時に送付する医療機関一覧表、ホームページでご確認ください)

**助成金** 6,501円(予定)(各医療機関の定める予防接種料金から助成額を引いた額をお支払いください)  
※生活保護受給者は接種時に生活保護受給証明書を医療機関に提出すれば9,900円の助成

**持ち物** 高齢者肺炎球菌定期予防接種予約票、健康保険証、身体障害者手帳の写し(②の方のみ)、生活保護受給証明書(生活保護受給者のみ)

**方法** 上記の持ち物を指定医療機関へ。  
※医師の予診の結果、予防接種ができない場合があります。  
※入院などのやむをえない事情により指定医療機関以外での接種を行う場合は、事前にお問い合わせください(手続きに2週間程かかります)。

## 風しん5期予防接種

**対象** 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性で、抗体検査の結果、十分な量の風しんの抗体がないことが判明した方。  
※今年度のクーポン券については、上記対象で未受診の方に用意が整い次第、一斉発送いたします。

**実施時期** 4月1日(月)～翌年3月31日(月)

**実施場所** 全国の指定医療機関(厚生労働省のホームページでご確認ください)

**自己負担額** 無料  
※予防接種促進事業(先天性風しん症候群)の制度の該当者で、乗り換え接種の場合はMRワクチン5000円、風しん単独ワクチン3000円。生活保護受給者は受給証明書提出で無料。

**持ち物** 小平市が発行するクーポン券及び予診票、健康保険証、抗体検査の結果(ある方のみ)

**方法** 予約が必要な医療機関もありますので事前にご確認ください。

**その他** 抗体検査未受診の方は、同クーポン券で無料で検査できます。



## 带状疱疹任意予防接種費用の一部助成

**対象** 接種日時時点で50歳以上の小平市民の方

**実施時期** 4月1日(月)～翌年3月31日(月)

**実施場所** 市内指定医療機関(ホームページでご確認ください)

**助成金** 乾燥弱毒生水痘ワクチン(ビケン) 4,000円(税込)  
乾燥組換え带状疱疹ワクチン(シングリックス) 1回ごとに10,000円(税込)  
※各医療機関が定める接種費用から助成額を引いた額をお支払いください。  
※助成は、いずれか一方のワクチンに限ることとし、ビケンが1回、シングリックスは2回です。

**持ち物** マイナンバーカード、運転免許証又は健康保険証等の公的な書類(年齢と小平市民であることを確認するため)

**方法** 指定医療機関に小平市専用の予約票を用意しています。必ず事前に各医療機関に問合せのうえ、来院をお願いいたします。  
※やむを得ない事情により、市内指定医療機関以外の医療機関で接種した方は、接種した医療機関に接種費用を全額自費で支払ってから、償還払い(払戻し)の申請をいただき、金融機関への口座振込の方法で、助成を受けることができます。申請方法等の詳細は、ホームページでご確認ください。申請書及び請求書の様式は、ホームページより印刷できます。

## 健康ポイント参加者募集

運動を始めた方、ウォーキングを習慣化したい方を応援!

活動量計(※無償貸出)またはスマートフォンで気軽に参加!

★目標歩数クリアでポイントをゲット!  
★歩数ランキング機能付き!

**募集期間** 令和6年4月5日(金)～4月26日(金)  
詳しくは市報こだいら令和6年4月5日号をご覧ください。

# 大人の健康教室・相談

健康推進課 保健指導担当 ☎042-346-3704

健康づくりには **栄養・運動・休養** が大切です

## 健康教室

※健康教室に申し込んだ場合でも、問診の結果、運動に参加できない場合があります。  
※気象状況等によっては、教室の開催について中止・延期・内容の変更をさせていただく場合があります。最新の情報は、ホームページをご覧ください。  
※場所は指定のあるところ以外は全て健康センターです。費用は無料です。

## 血管力アップ教室

弾力のある血管を保つためには、正しい知識と日々のセルフケアが大切です。血糖値やコレステロール、中性脂肪の値が気になり始めた方にこそ聞いてほしい、今日から実践できる食事や生活のポイントをお伝えします。

**対象** 市民の方

**申込** 市報掲載後、電話・窓口で受付(全日保育付き(6か月以上 要申込 定員あり))

**内容** 保健・栄養・歯科講話、測定、調理実習

**日程** 脂質異常症編 6月24日(月)、11月18日(月)  
血糖値編 9月27日(金)、2月3日(月)  
※時間は9:30～12:00

## 減塩チャレンジ講座 ～隠れた塩にご注意～

減塩は、高血圧の方はもちろん、どなたも実践することが大切です。今日から簡単にできる減塩のコツをお伝えし、最大2週間塩分計を貸し出します。

**対象** 市民の方

**申込** 市報掲載後、電話・窓口で受付

**内容** 保健・栄養講話、測定

<b>日程</b>	4月26日(金) 午前	12月3日(火) 午後
	5月20日(月) 午後	1月20日(月) 午前
	7月4日(木) 午前	3月10日(月) 午後
	10月8日(火) 午前	

※時間は午前:10:00～11:30、午後:14:00～15:30

## 大人のための運動教室

テーマ別の運動教室です。①筋力増やして代謝アップ ②からだほくして不調リセット ③ウォーキングでスタイルアップです。楽しく手軽にできる運動をお伝えします。

**対象** 市民の方

**申込** 市報掲載後、電話・窓口で受付(全日保育付き(6か月以上 要申込 定員あり))

<b>日程</b>	①	②
	4月17日(水) 午後	5月31日(金) 午前
	9月10日(火) 午前	10月3日(木) 午後
	12月16日(月) 午前	2月6日(木) 午後
	③	
	6月17日(月) 午前	※時間は午前10:00～11:45、午後14:00～15:45
	11月7日(木) 午後	※各回単日の教室です。それぞれに申込みが必要です。
	3月17日(月) 午後	

## 男の健康塾

栄養の基礎を学べる料理初心者向けの教室です。食事から健康づくりを始めてみませんか?

**対象** 男性市民の料理初心者の方

**申込** 市報掲載後、電話・窓口で受付

**内容** 保健・栄養・歯科講話、調理実習

**日程** 6月4日(火)、6月18日(火)  
2日間1コース 10:00～12:00

## 女性のためのセルフケア教室

～元氣とキレイをつくる女性の自分みがき講座～

**対象** 55歳以下の女性市民の方  
★の日は3歳までのお子さまがいる方

**申込** 市報掲載後、電話・窓口で受付(全日保育付き(6か月以上 要申込 定員あり))

**内容** 心と体のバランスを整える、女性の健康づくりのための教室です。測定や講話、運動などを行います。

**日程** ①、②は2日間1コース ③、④は1日コース  
①5月14日(火)、5月29日(水) 10:00～11:45  
②10月29日(火)、11月15日(金) 10:00～11:45  
③6月28日(金) 10:00～11:45★  
④3月7日(金) 10:00～11:45★

## こだ健体操教室

対象 市民の方

申込 市報掲載後、電話・窓口で受付

内容 足腰の筋力強化と全身のバランス力向上に役立つ「こだ健体操」と、ストレッチ・筋トレを行います。ロコモティブシンドローム予防にも効果的です。

<b>日程</b>	4月15日(月)	10:00～11:30	健康センター
	5月24日(金)	14:00～15:30	東部市民センター
	6月6日(木)	10:00～11:30	健康センター
	7月1日(月)	14:00～15:30	東部市民センター
	9月13日(金)	14:00～15:30	大沼公民館
	10月21日(月)	10:00～11:30	健康センター
	11月20日(水)	14:00～15:30	小川西町公民館
	12月9日(月)	10:00～11:30	健康センター
	1月24日(金)	14:00～15:30	東部市民センター
	2月14日(金)	10:00～11:30	健康センター

小平市オリジナル体操「こだ健体操」ホームページにて動画配信

ごだ健体操10周年!!

詳しくは **こだ健** 検索

## 講演会

医師や専門の講師による講演会です。詳細は決まり次第、市報等でご案内します。

## イキイキ測定会

**対象** 市民の方

**申込** 申込み方法等、詳細は市報をご覧ください。

**内容** 地域健康づくり推進員と共催で行う測定会です。各種測定、こだ健体操などを行います。

<b>日程</b>	9月30日(月)	13:30～16:00	東部市民センター
	2月28日(金)	13:30～16:00	小川西町公民館

【健康豆知識】野菜は茹でるよりも電子レンジ。より効果的にビタミンCを摂取!

【健康豆知識】運動の3本柱は、ストレッチ・筋トレ・有酸素運動です。自分に合う運動方法で元気にすごしましょう

### 出張健康教室 要申込

**対象** 10名以上の地域の自主グループ  
**申込** 実施日の2ヶ月以上前にお申し込みください。  
**内容** 健康な地域づくりを目的に自主活動を行うグループの支援を行っています。こだ健体操・食事についての話・簡単ストレッチ・口腔ケアについてなど専門のスタッフがを行います。  
 ※日にちや内容により、調整がつかない場合があります。

### 健康相談

#### 健康づくり相談 要申込

**対象** 市民の方  
**申込** 予約制 随時受付  
**内容** 保健師・管理栄養士・運動の専門相談員が生活習慣病などの予防や健康づくりのためのアドバイスをします。  
**場所** 一部を除き健康センターで実施します。※9月24日は東部市民センター、11月28日は上宿公民館で実施

<b>日程</b>	4月15日(月) 午後	11月5日(火) 午後
	4月30日(火) 午前○	11月28日(木) 午後(※)
	5月17日(金) 午前	12月10日(火) 午後
	6月18日(火) 午後	12月17日(火) 午後○
	7月29日(月) 午後	1月16日(木) 午後
	8月15日(木) 午前	1月24日(金) 午前○
	9月5日(木) 午後○	2月7日(金) 午後
	9月24日(火) 午後(※)	2月25日(火) 午後
	10月11日(金) 午後	3月4日(火) 午後
	10月22日(火) 午前○	3月24日(月) 午後○

○: 運動の専門相談員がいます

#### 医師による健康づくり相談 要申込

**対象** 市民の方  
**申込** 予約制 随時受付  
**内容** 健康診断や人間ドックの結果をもとに、医師・管理栄養士・保健師が個別相談を行います。  
**日程** 11月5日(火) 午後 1月16日(木) 午後  
 12月10日(火) 午後 2月7日(金) 午後  
 3月4日(火) 午後

#### 特定保健指導

**対象** 小平市国民健康保険に加入している40歳～74歳の方で、特定健診の結果、生活習慣病の予防が必要と判定された方。  
**内容** 生活習慣を見直して、内臓脂肪を減らし、健診結果を改善するための個別プログラムです。対象の方には市の委託業者より、手紙や電話でご案内します。


**小平市 子育て支援アプリ** 今すぐダウンロード!

**こだっこ予防接種 & 子育て応援ナビ**

忙しい子育て中のお父さん、お母さんが手軽に利用できる、スマートフォン向けモバイルアプリ「こだっこ予防接種 & 子育て応援ナビ」のご案内です。

**【主な機能】**

- 予防接種のスケジュールを自動で作成!
- お子さまの年齢に合わせて、自動でスケジュール管理できます
- イベント情報をプッシュ通知でお届け!
- 乳幼児健康診査や予防接種の予定日が届くので、忘れなくて安心
- 市内医療機関の検索機能付き!
- 最寄りの病院が検索できるのでとても便利
- その他、子育てに必要な情報をアプリで配信します。ぜひご登録ください。



## こどもの健診・相談

### 妊産婦・乳幼児の健康診査・相談会など こども家庭センター 母子保健担当 ☎042-346-3701

お子さんの健康や育児の相談、お母さん・お父さんの健康についての相談を随時受け付けています。保健師・助産師・管理栄養士・歯科衛生士がいますので、お気軽にご相談ください。

**妊娠** …妊娠がわかったら…

- 母子健康手帳の交付
- マタニティサポート面談
- ハローベビークラス(母親学級・両親学級)
- 妊婦歯科健康診査
- 妊婦SOS相談
- 妊婦訪問
- 産前産後サポート事業(妊婦訪問相談・助産師によるサロン・多胎児家庭支援事業)

**出産** …出産されたら…

- 新生児・産婦訪問(乳児家庭全戸訪問事業)
- 産前産後サポート事業(産婦訪問相談・助産師によるサロン・多胎児家庭支援事業)
- 産後ケア事業

**1歳** …1歳6か月児健康診査…

**3歳** …3歳児健康診査…

**5歳** …5歳児歯科健診…

● 3～4か月児健康診査  
 ● 6～7か月児健康診査  
 ● 9～10か月児健康診査

● 幼児歯科健診(1歳～4歳1か月未満)


● ファーストバースデーサポート事業(1歳)

● 1歳6か月児健康診査

● 3歳児健康診査

● 5歳児歯科健診

詳細は市のホームページをご覧ください。



### 子どもの予防接種 健康推進課 予防接種担当 ☎042-346-3700

公費(市の負担)で受けられる予防接種の予診票は、小平市民で接種の対象年齢になったお子様に送付しています。送付の時期は、市のホームページ等をご覧ください。

**ご転入された方、書損じ等で再発行希望の方は下記の方法で予診票をお渡しします。**

- **窓口にお越しいただく場合**  
 母子健康手帳をご持参のうえ、健康推進課(健康センター1階)へ。その場で確認し、予診票をお渡しします。(平日8時30分～17時)
- **お電話の場合**  
 母子健康手帳をお手元に用意して健康推進課(☎042-346-3700)へお電話を。確認後、予診票を郵送します。(1週間程度かかります)
- **郵送の場合**  
 お子さまのお名前、生年月日、ご住所、保護者様のお名前、電話番号、必要な予防接種予診票の種類を明記した手紙と母子健康手帳の表紙・予防接種記録が載っているページのコピーを郵送してください。返信用封筒、切手等は不要です。ご転入された方は、転入時にお渡ししている転入バッグの中に入っている「予防接種交付申請書」をご利用ください。確認後、予診票を郵送します(2週間程度かかります)。
- **アプリの場合** 左記のアプリからも交付手続きができます。  
 ※里帰りなどの事情により指定医療機関以外での接種を行う場合は、事前にお問い合わせください(手続きに2週間程度かかります)。

## 病院・診療所等一覧表

### 休日応急診療・準夜応急診療 小平市医師会応急診療所

頭痛、腹痛、発熱など初期(一次)救急の対応を目的としています。かかりつけ医が診察していない、休日や夜間などの急な体調の変化の際、ご利用ください。  
 ※高校生以下の受診は保護者の同伴が必要です。  
 ※必ず事前に電話で予約してください(問い合わせの状況により、電話が繋がりにくい場合があります)。予約がない場合、直接来院されても受付はできません。  
**場所** 小平市学園東町1-19-12(小平市健康センター1階) ☎042-346-3706  
**診療科目** 内科・小児科  
**診療日時** 休日応急診療…日曜、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)の午前9時～午後5時(予約受付時間午前8時45分～午後4時30分)  
 準夜応急診療…月曜～日曜(年中無休)の午後7時30分～午後10時30分(予約受付時間午後7時～午後10時)

### 電話相談窓口

名称	日時	電話番号	備考
東京消防庁救急相談センター	毎日24時間	#7119または042-521-2323	救急車を呼ぶか迷った場合の相談
東京都保健医療情報センター	毎日24時間	03-5272-0303	診療中の医療機関の案内
保健医療福祉相談	平日午前9時～午後8時	03-5272-0303	保健医療福祉に関する問い合わせに相談員が対応
◆外国語による相談			
名称	日時	電話番号	備考
東京都保健医療情報センター 保健医療福祉相談・健康案内	毎日午前9時～午後8時	03-5285-8181	英語、中国語、韓国語、タイ語、スペイン語による医療情報サービス(外国語で受診できる医療機関案内、日本の医療制度案内)
◆小児救急相談			
名称	日時	電話番号	備考
子供の健康相談室(東京都)	平日:午後6時～翌朝8時 土・日・祝・年末年始:午前8時～翌朝8時	03-5285-8898 または#8000	休日・夜間の急な子供の病気にどう対処したらよいか困ったら
◆救急病院 ※診療科目は当直医と担当科目により異なりますので、事前に各病院へお問い合わせください。			
名称	所在地	電話番号	
一橋病院	小平市学園西町1-2-25	042-343-1311	〈小平市医療・介護情報検索サイト〉 
公立昭和病院	小平市花小金井8-1-1	042-461-0052	

### 在宅医療を利用したい方へ 高齢者支援課 地域支援担当 ☎042-346-9539

在宅医療とは、自宅等にいながら受ける医療のことです。高齢になると医療と介護を必要としながら、生活をする人が多くなります。通院が難しくなった人は、医師や看護師などに自宅等にきてもらい医療のサービスを受けることができます。その時々合った医療を受けながら、住み慣れた地域で暮らしましょう。市内の医療機関と地域包括支援センターについては、病院・診療所等一覧表や医療機関マップをご覧ください。

**【在宅医療を行っている医療機関の探し方】**  
 医師や歯科医師、薬剤師、看護師、リハビリ専門職がそれぞれご自宅を訪問します。医師、歯科医師については、定期的な訪問を行いながら、臨時的対応(往診など)も可能です。  
**相談先①** かかりつけ医(診療所・病院)、歯科医院、薬局にご相談ください。  
**相談先②** 介護保険サービスを利用している場合は、担当のケアマネジャーや地域包括支援センターの職員にご相談ください。お住まいの地域の地域包括支援センターは一覧表(P.13)をご覧ください。  
**相談先③** 介護保険サービスを利用していない場合は、お住まいの地域を担当している地域包括支援センター(P.13)にご相談ください。  
 ※歯科については、(社)東京都小平市歯科医師会(☎042-343-8261)又は健康センター(☎042-346-9641)にお問合せください。  
 (在宅医療に関する記事の作成には、小平市在宅医療・介護連携推進協議会に協力いただいています。)

### 病院・診療所等一覧表

この冊子には、市内の医療機関の情報を掲載しています。「かかりつけ医」「かかりつけ歯科医」「かかりつけ薬局」や在宅医療に関する機関を探すときに、P.14以降の医療機関マップと合わせてご活用ください。受診される場合は、事前に電話等でご確認ください。

◆ **病院 (令和5年11月現在)** ※下表の☆印の病院を受診される時は紹介状をお持ちください。お持ちにならない場合は、国が定める選定療養費が別途かかります。

No.	医療機関名	所在地 電話番号	休診日	診療科目	地図
1	南台病院	小川町1-485 042-341-7111	日、祝	内科・消化器内科・循環器内科・神経科(水・木)・歯科(月・水)・皮膚科(月・金)・整形外科・リウマチ科(月・火・水・金・土午前のみ)	14
2	緑成会保育園	小川町1-741-34 042-341-3013	日、祝	小児科、歯科、児童精神科、リハビリテーション科	15
3	緑成会病院	小川町2-35-1 042-341-3011	日、祝、年末年始	内科・循環器内科・整形外科・リハビリテーション科・脳神経内科	15
4	医療法人社団晴生会東京病院	小川町2-11-1 042-341-3211	第1・3・5土午後 第2・4土、日、祝	精神科・心療内科・歯科	15
5	国立精神・神経医療研究センター病院(☆)	小川町4-1-1 042-341-2711	土、日、祝、 12/29～1/3	精神科、脳神経内科、脳神経小児科、脳神経外科、放射線科、リハビリテーション科、心療内科、消化器内科、循環器内科、総合内科、外科、整形外科、耳鼻咽喉科、麻酔科、歯科	18
6	一橋病院	学園西町1-2-25 042-343-1311	土午後、日、祝	内科、外科、整形外科、泌尿器科、脳神経外科、皮膚科、リウマチ科、リハビリテーション科、形成外科、腎臓内科、循環器内科、消化器外科、人工透析内科、麻酔科、乳腺外科、訪問診療	16
7	多摩済生病院	美園町3-11-1 042-341-1611	日、祝	内科・外科・整形外科・精神科・皮膚科・リハビリテーション科・循環器内科・呼吸器内科・糖尿病内科	18
8	小平中央リハビリテーション病院	鈴木町1-146 042-341-7619	土午後、日、祝、年末年始(12/31～1/3)	内科、リハビリテーション科	17
9	公立昭和病院(☆)	花小金井8-1-1 042-461-0052	土、日、祝、12/29～1/3	内科、呼吸器内科、循環器内科、消化器内科、血液内科、糖尿病・内分泌・代謝内科、腎臓内科、心療内科、脳神経内科、腫瘍内科、小児科、外科、呼吸器外科、心臓血管外科、消化器外科、乳腺・内分泌外科、整形外科、形成外科、脳神経外科、皮膚科、泌尿器科、産婦人科、眼科、耳鼻咽喉科、麻酔科、リハビリテーション科、放射線科、病理診断科、臨床検査科、救急科、歯科、歯科口腔外科	19

※記載内容から変更になる場合がありますので、詳細については、各施設にお問い合わせください。

◆ 診療所 (令和5年11月現在)

No.	医療機関名	所在地	電話番号	診療科目	休診日	地図
1	クリニックたかの台	たかの台38-7	042-342-5511	内科、消化器内科、外科	水午後、木、土午後、日午後、祝	15
2	沖クリニック	たかの台43-6 ウェリントズビル1階	042-348-8282	内科、呼吸器科、アレルギー科	木、土午後、日、祝	15
3	松前整形・形成外科・内科	小川町1-404-64	042-344-1666	整形外科、形成外科、内科	木、日、祝	14
4	小川町眼科医院	小川町1-406-1 シーマプラザ1階	042-386-4628	眼科	火、金(午後)	14
5	岡部こどもクリニック	小川町1-512-12	042-349-1152	小児科 ※木曜は予防接種、健診の日につき要予約	木午後、土午後、日、祝	14
6	はやぶさ内科	小川町1-766	042-349-2200	内科、消化器内科	月午後、土午後、木、日、祝	15
7	今鷹医院	小川町1-932-2	042-343-8058	内科、循環器科	水、木、土午後、日、祝	15
8	鷹の台眼科	小川町1-972-7	042-313-8916	眼科	金、土午後、日、祝	15
9	ゆずるクリニック	小川町1-972-7	042-348-8515	内科、外科、消化器科、東洋医学	火、日午後、祝午後	15
10	カラムンの森 こどもクリニック	小川町2-1210	042-313-4455	小児科	水、日、祝	16
11	こだいら小川町内科	小川町2-1317-11	042-341-0654	内科、小児科	水、日、祝	16
12	さわだ内科クリニック	小川町2-1858	042-345-7000	内科、消化器内科	木、日、祝	18
13	木の花クリニック(閉院)					
14	医療法人社団 修恵会 新小平クリニック	小川町2-1975-8	042-312-1185	内科、皮膚科、心療内科、漢方内科、アレルギー科、精神科、泌尿器科、糖尿病内科	土午前、日、祝	15
15	ちあきこどもクリニック	柴町2-3-7	042-349-2012	小児科	木、土午後、日、祝 ※要予約	14
16	古坂医院	小川町2-123-13	042-341-0555	内科、消化器科、小児科、皮膚科	木午後、土午後、日、祝	15
17	高野外科胃腸科	小川町2-25-20	042-342-5303	消化器科(胃腸科)、外科、内科、こう門科	木、土午後、日、祝	15
18	小川クリニック	小川町3-11-1	042-341-0653	内科、消化器内科、糖尿病内科、循環器内科、呼吸器内科、小児科	金午後、土、日、祝	15
19	戸島整形外科クリニック	小川町3-15-11	042-346-6683	整形外科、リハビリテーション科	水、土午後、日、祝	15
20	やまぐち耳鼻咽喉科	小川町4-15-8 第3アークビル102	042-316-7452	耳鼻いんこう科	木、土午後、日、祝	15
21	小城医院	小川町1808-10	042-342-0036	内科、小児科 ※定期予防接種は予約制	木、日、祝	18
22	増田耳鼻科医院	小川町1-30-9 マルメゾンビル2階	042-345-1446	耳鼻咽喉科	水午後、木、土午後、日、祝	15
23	原田内科クリニック	小川町4-3-1 公団萩山団地1号棟1階	042-348-8661	内科	水午後・土午後・日・祝	18
24	加賀美クリニック	小川町5-5-1	042-341-0655	内科、小児科、皮膚科、泌尿器科、循環器科	土午後、日、祝	15
25	第二小川クリニック	小川町5-7-7	042-344-1122	内科、小児科、消化器内科、糖尿病内科、呼吸器内科、循環器内科、外科、肛門外科	金、土午後、日、祝	15
26	すみれ皮ふ科クリニック	小川町5-7-7 2階	042-345-3300	皮膚科	水、第2・4・5土、日、祝	15
27	皮フ科 いちかわクリニック	上水本町3-3-7	042-322-8655	皮膚科	水、土午後、日、祝	16
28	みどり内科クリニック	上水本町3-3-7	042-328-5111	内科、循環器内科、在宅診療	水、土午後、日、祝	16
29	小林眼科皮膚科	上水南町2-4-32	042-327-2340	皮膚科 ※眼科休診中	木、土午後、日、祝	17
30	やの医院	上水南町2-23-41	042-321-0573	内科、小児科	火午後、木、土午後、日、祝、毎月始め5日	17
31	ながしま脳神経・頭痛クリニック	喜平町1-7-17	042-332-0232	脳神経外科、神経内科、内科 ※脳ドック(予約制)	水、日、祝	17
32	喜平橋耳鼻咽喉科	喜平町1-7-26	042-332-3387	耳鼻咽喉科、補聴器、睡眠時無呼吸、花粉症	日、祝	17
33	ジュンレディースクリニック小平	喜平町1-14-20	042-329-4103	産婦人科	日、祝	17
34	中山内科クリニック	喜平町3-2-5 小平団地内	042-324-0593	内科、消化器科、肛門外科	木、土午後、日、祝	17
35	たかの台こどもクリニック	津田町1-3-8	042-345-2525	小児科、アレルギー科	水、土午後、日、祝	16
36	中野産婦人科医院	津田町1-4-8	042-341-6565	産婦人科	木午後、土午後、日、祝	16
37	湯川医院	学園西町1-25-23	042-344-1118	内科、リウマチ科、アレルギー科、小児科	木、土午後、日、祝	16
38	高橋医院	学園西町2-4-5	042-341-5118	皮膚科、泌尿器科	木午前、土午後、日、祝	16
39	浮田医院	学園西町2-6-10	042-341-0348	内科	木、第2土、日、祝	16
40	鈴木小児科内科医院	学園西町2-11-28	042-341-0353	小児科、内科、皮膚科、アレルギー科	水午後、土午後、日、祝	16

※記載内容から変更になる場合がありますので、詳細については、各施設にお問い合わせください。

No.	医療機関名	所在地	電話番号	診療科目	休診日	地図
41	宮村クリニック	学園西町2-13-37 カミデビル3階	042-342-5588	内科、循環器科、消化器科、呼吸器科、心療内科、皮膚科	水、祝	16
42	学園診療所	学園西町2-14-19 富栄ビル2階	042-347-5005	内科、外科、皮膚科、循環器科、呼吸器内科、消化器内科、内分泌代謝内科	水、日、祝	16
43	けぶかわ医院	学園西町2-15-1	042-348-1300	循環器科、内科	日、祝	16
44	真能クリニック	学園西町3-7-11	042-342-8280	産婦人科、内科	木、土午後、日、祝	16
45	幸(サイワイ)クリニック	学園西町3-25-17	042-312-1776	内科、皮膚科、心療内科	月、火、金	16
46	はしぐち眼科クリニック	学園東町1-3-11-101	042-346-3922	眼科	水、土午後、日、祝	16
47	岡循環器クリニック	学園東町1-3-12	042-346-5188	循環器科、内科	水、土午後、日、祝	16
48	川島整形外科	学園東町1-4-33 ロイヤルヴィーゼ1階	042-348-3711	整形外科、リウマチ科、リハビリテーション科、ペインクリニック	土午後、日、祝	16
49	仲谷クリニック	学園東町3-3-36	042-341-5270	内科、呼吸器内科、循環器内科	水、土午後、日、祝	17
50	あずま眼科医院	学園東町3-4-5	042-316-5334	眼科	木、土午後、日、祝	17
51	学園東・ひらぐりクリニック	学園東町3-6-34 ウィンシャトー1階	042-349-0820	内科、呼吸器科、アレルギー科、皮膚科、外科	火、土午後、日、祝 ※要予約	17
52	山之内整形外科	仲町241-16	042-341-0451	整形外科、外科、内科	木午後、土午後、日、祝	18
53	井上内科クリニック	仲町268-6 サライ仲町101	042-342-0056	内科、呼吸器科、アレルギー科	木午後、土午後、日、祝	18
54	喜平リハビリテーションクリニック	仲町364-1	042-349-3490	内科、神経内科、リハビリテーション科	土、日、祝(緊急往診あり)	17
55	あかしあ脳神経外科	仲町425-12	042-345-7444	脳神経外科	木午後、土午後、日、祝	17
56	小平仲町クリニック	仲町652-1	042-346-0888	心療内科、精神科	木、日、祝	16
57	みその診療所	美園町1-2-16	042-342-7270	内科、呼吸器内科、糖尿病内科、在宅医療、訪問診療	水午後、土午後、日、祝	18
58	小平駅南口皮膚科クリニック	美園町1-2-21-104	042-349-2812	皮膚科	木、土午後、日、祝	18
59	白矢眼科医院	美園町1-4-12	042-341-0219	眼科	水午後(手術のため外来受付不可)、土午後、日、祝	18
60	小平外科大腸肛門科	美園町1-7-17 エスエフビル1階	042-348-3348	肛門科、外科、内科	月～土午前、水、日、祝	18
61	むさしクリニック	美園町1-7-17 エスエフビル2階	042-347-0631	精神科、心療内科	月、水午後、土午後、日、祝	18
62	小平いまき内科クリニック	美園町1-12-6 グランメール小平1階	042-312-3820	内科	木、土午後、日	18
63	小平すずきクリニック	美園町1-15-2 プレミール小山405	042-349-0015	内科、呼吸器内科、アレルギー内科 ※在宅医療クリニック	土、日、祝	18
64	つばさクリニック小平	美園町2-6-2	042-312-3556	内科、精神科、心療内科	日 ※訪問診療のため外来は完全予約制	18
65	医療法人社団悠樹会 ケアタウン小平クリニック	御幸町131-5	042-321-7575	内科、消化器科(胃腸科)、神経内科 ※在宅緩和ケア	土、日、年末年始(12/29～1/3)	17
66	西野整形外科	鈴木町1-177-1	042-347-3266	整形外科、リハビリテーション科	日、祝	17
67	鈴の木台診療所	鈴木町1-228-1	042-341-3256	内科、循環器科、消化器科(胃腸科)	—	17
68	西尾クリニック	鈴木町1-416-1	042-329-8833	消化器内科、内科、肛門科、乳腺科	水、日、祝	17
69	花小金井西野整形外科	鈴木町2-150-1	042-451-5577	整形外科、リハビリテーション科	日、祝	19
70	竹本内科小児科医院	鈴木町2-205	042-461-7303	内科	水、木、土、日、祝	19
71	大林医院	鈴木町2-242-4	042-461-7677	内科、小児科	月、木午後、土午後、日、祝	19
72	はなこキッズクリニック	鈴木町2-865-97	042-401-1230	小児科、アレルギー科	水、日、祝	19
73	鈴木町クリニック	鈴木町2-865-97 2階	042-401-1170	内科、消化器内科、外科	木、土午後、日、祝	19
74	こだいら内科・心臓内科	天神町3-12-7 2階	042-341-7777	総合内科、循環器内科、呼吸器内科、糖尿病内科	木、日、祝	19
75	遠藤こどもクリニック	大沼町1-21-8	042-343-0066	小児科、アレルギー科	水、土午後、日、祝	18
76	小平内科糖尿病クリニック	大沼町1-25-11 ビューコート1階	042-349-0131	内科・糖尿病内科	土午後、日、祝	18
77	小平北口クリニック	大沼町2-2-11	042-347-0211	内科、人工透析内科、腎臓内科、血管外来、精神科、泌尿器外来	日 ※外来診療(完全予約制) 火、木、金	18
78	清水小児科内科医院	大沼町4-43-32	042-343-2255	小児科、内科、アレルギー科	木、土午後、日、祝	19
79	松木眼科医院	大沼町4-46-12	042-343-7558	眼科	月、火、水、木、金、日、祝	19
80	矢口内科クリニック	大沼町7-3-2	042-349-1168	内科、血液内科、アレルギー科	木、土午後、日、祝	18
81	井上耳鼻咽喉科医院	花小金井南町1-13-7	042-461-8668	耳鼻いんこう科、気管食道科	木、土午後、日、祝	19

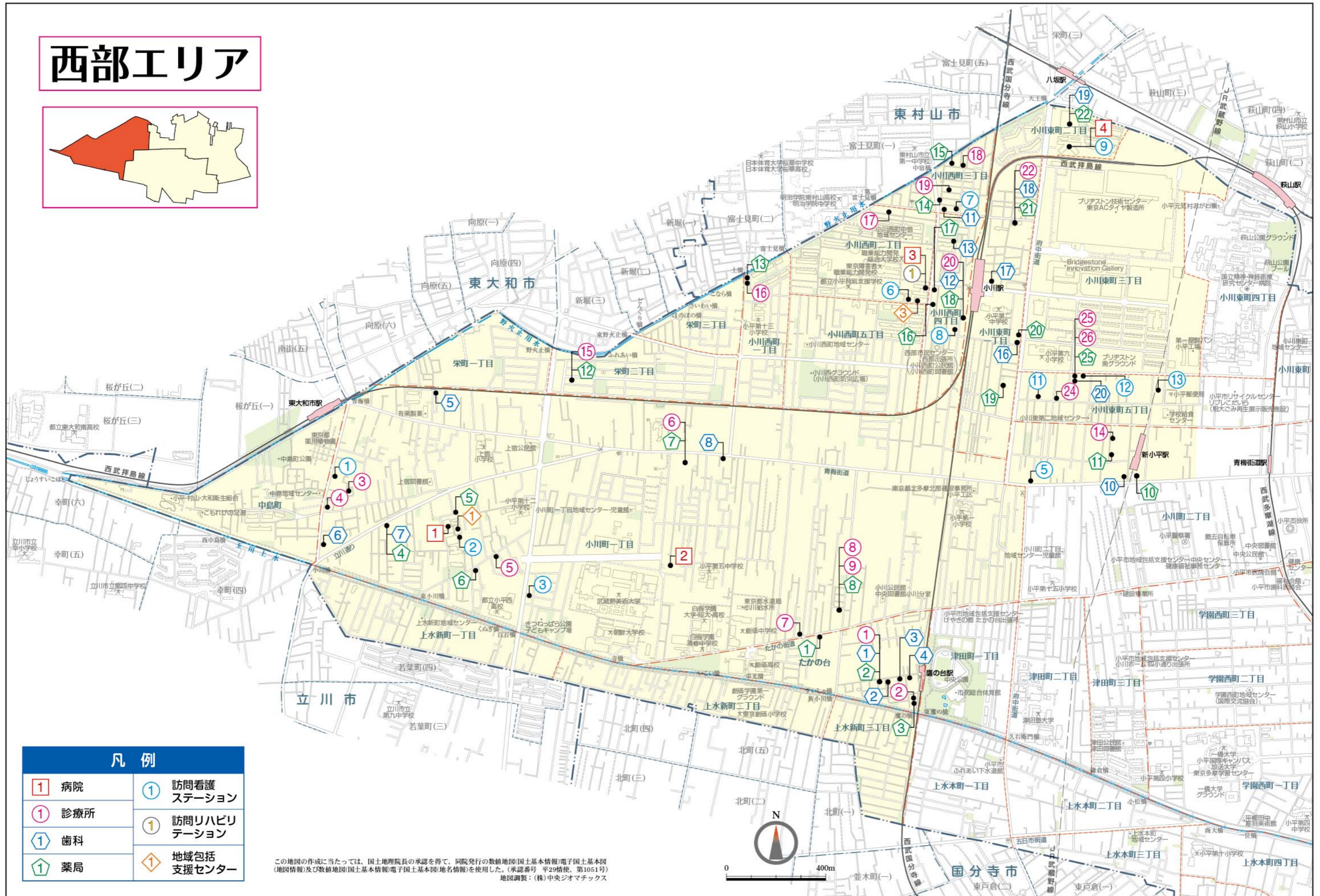
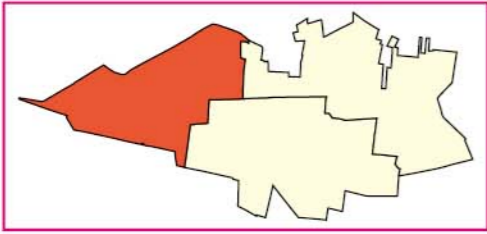
※記載内容から変更になる場合がありますので、詳細については、各施設にお問い合わせください。





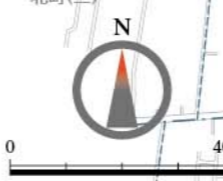


# 西部エリア

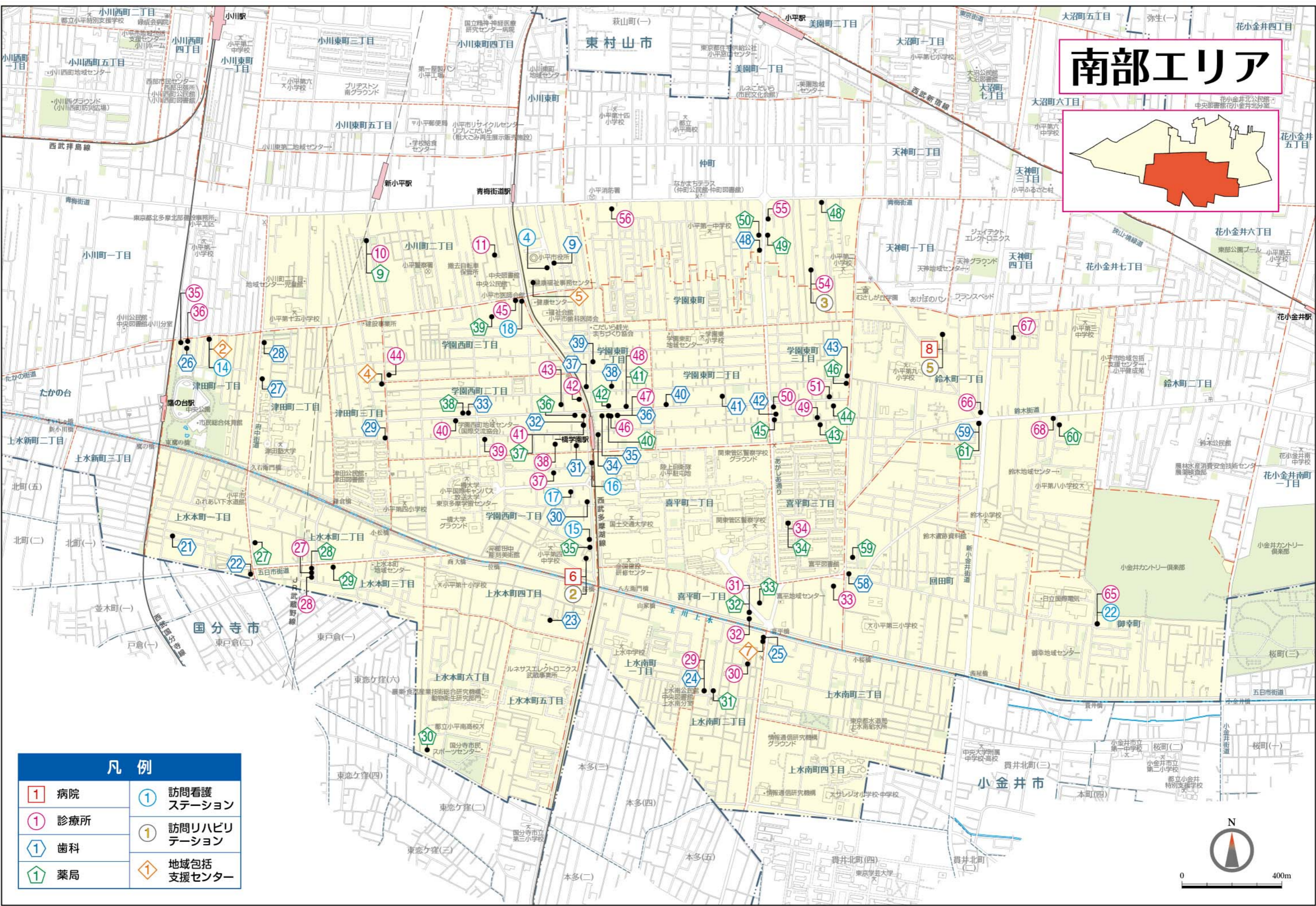
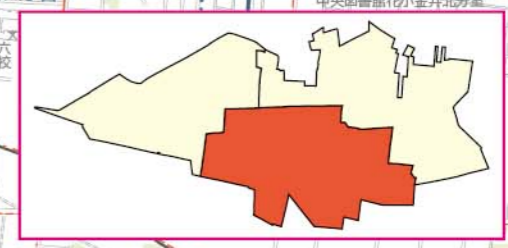


凡例	
1	病院
1	訪問看護ステーション
1	診療所
1	訪問リハビリテーション
1	歯科
1	地域包括支援センター
1	薬局

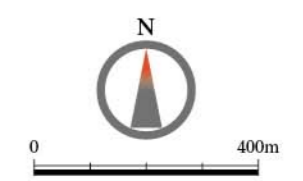
この地図の作成に当たっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の数値地図(国土基本情報)電子国土基本図(地図情報)及び数値地図(国土基本情報)電子国土基本図(地名情報)を使用した。(承認番号 平29情使、第1051号)  
 地図調製：(株)中央ジオマテックス



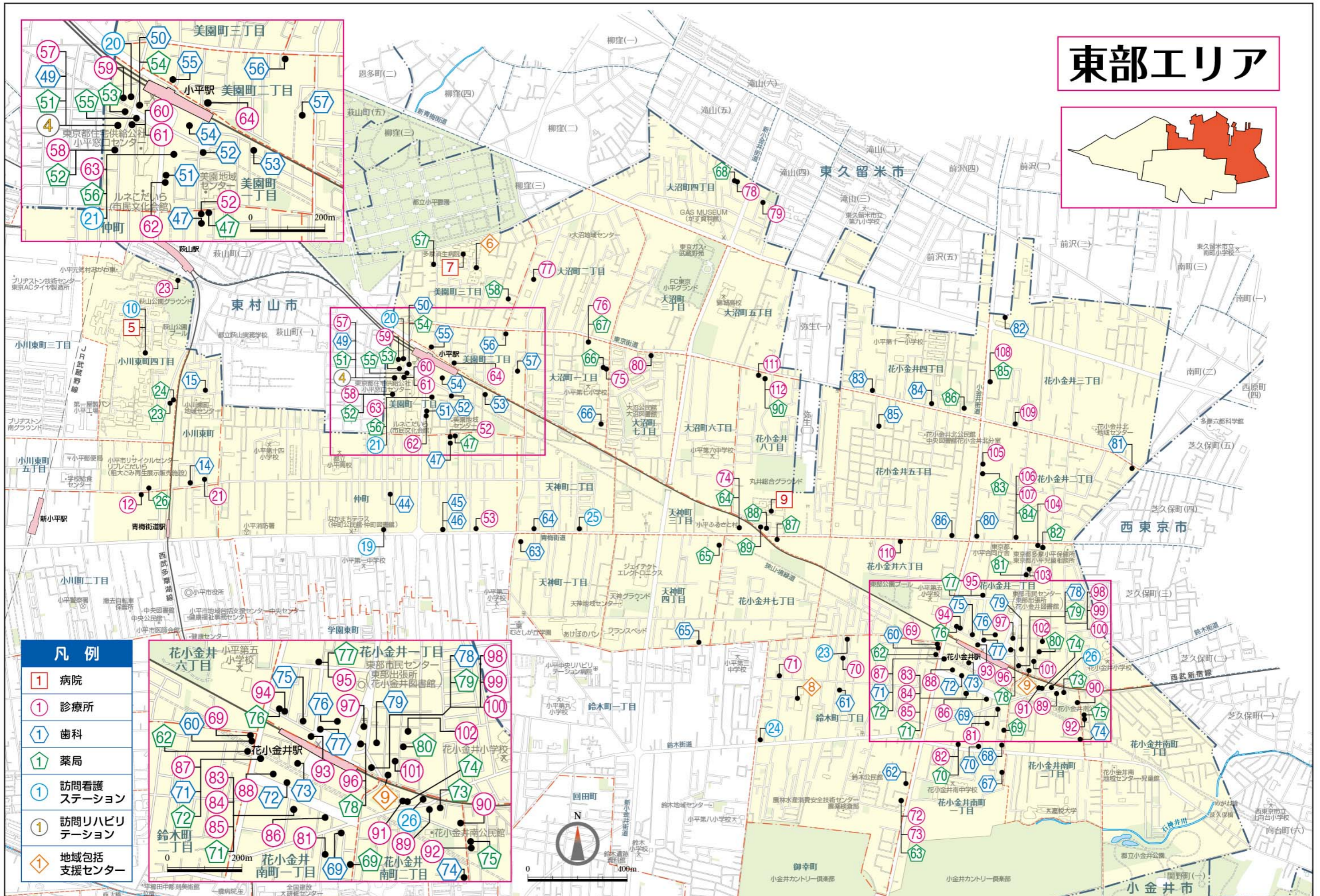
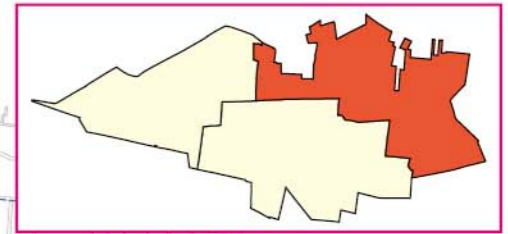
# 南部エリア



凡例	
1	病院
1	訪問看護ステーション
1	診療所
1	訪問リハビリテーション
1	歯科
1	地域包括支援センター
1	薬局



# 東部エリア



凡例	
1	病院
①	診療所
①	歯科
①	薬局
①	訪問看護 ステーション
①	訪問リハビリ テーション
①	地域包括 支援センター