

ポリオワクチンの接種

9月から不活化ポリオワクチンに変わります

不活化ポリオワクチン

国では、9月1日を目標に、現在の生ポリオワクチンに変えて単独の不活化ポリオワクチンの定期接種の導入を進めています。

また、11月には現在の三種混合ワクチン(ジフテリア・百日せき・破傷風混合ワクチン)に、不活化ポリオを追加した四種混合ワクチンの定期接種の導入を予定しています。

不活化ポリオワクチンの接種スケジュールなどは、詳細が決まりました。お知らせします。

生ポリオワクチン集団接種

とき 7月21日(土)・28日(土)午後3時~5時

ところ 健康センター

対象 生ポリオワクチンをすでに1回接種し、2回目の接種も生ポリオワクチンを希望する市内在住で7歳6か月未満のお子さん

障害者福祉センター

藍染め体験教室

生活実習訓練室に通う方と触れ合いながら、型染めや藍のしぼり染めを体験し、巾着袋などを作ります。

とき 8月6日(月)・13日(月)午前9時30分~正午

ところ 障害者福祉センター2階生活実習訓練室

費用 200円

対象 市内在住の小学生以上(小学1年~3年生は保護者同伴)

定員 各10人

講師 丸山桂子さん

持ち物 エプロン

※汚れてもよい服装で参加してください。

※作品は、当日持ち帰ることができません。

申込み 7月13日(金)までの平日午前9時から午後5時までに、問合せ先へ(先着順)

問合せ 障害者福祉センター ☎042(343)4976

成人健康教室・相談などの日程

問合せ(申込み) 健康センター 〒187-0043 学園東町一丁目19番12号 ☎042(346)3701

教室・相談名	とき	対象	内容・持ち物	定員・申込みほか
栄養・運動教室	7月17日(火) 1回目…午後1時45分から 2回目…午後2時45分から (各45分) ※受付はそれぞれの開始時間15分前から。 ※栄養と運動の両方に参加する方は1回目の時間までにお越しください。	市内在住の方	④ 栄養(しっかり食べて骨元気(骨粗しょう症予防)、運動(丈夫な骨を維持するための体操) ⑤ 筆記用具、健康手帳、参加カード(初回参加時に発行)、水分補給用飲料、フェイスタオル ※運動実技は動きやすい服装と靴で参加してください。	当日、会場へ ※治療中の方は主治医の許可を得てください。 ※当日血圧が高めの方は、運動を遠慮していただくことがあります。
女性のリラクセス教室 (育児や家事に追われる日頃の疲れを癒します)	7月23日(月) 午前9時30分~正午	市内在住の女性	④ 健康づくりミニ講話(各ライフステージの健康トラブル)、ストレッチと骨盤体操、ハーブティの試飲、骨密度測定 ⑤ 健康手帳(お持ちの方)、筆記用具、水分補給用飲料、フェイスタオル ※動きやすい服装と靴で参加してください。	健康センターへ(先着順)
計測相談会	8月29日(水) 午後1時から3時までの指定する時間 ※受付は指定時間の10分前から。	市内在住の成人	④ 血管年齢・血圧・骨密度・体組成計による測定、管理栄養士・保健師・歯科衛生士による個別相談、運動講座	定員…75人 7月31日(火)まで(必着)に、はがきに「計測相談会」と明記し、住所、氏名、生年月日、電話番号、保険の種類を記入のうえ、健康センターへ(申込み多数の場合は抽選)※抽選の場合は今年初参加の方を優先。 ※健康センターに置いてある申込用紙でも申し込みます。

※会場は健康センター、費用は無料です。車での来場はご遠慮ください。

乳幼児健診・相談などの日程

問合せ(申込み) 健康センター 〒187-0043 学園東町一丁目19番12号 ☎042(346)3701

日程	対象	持ち物	定員・申込みほか
7月18日(水) ステップ1…午後1時30分から、2時30分から ステップ2…午後2時から、3時から ステップ3…午前10時から ステップ4…午前10時20分から ※ステップごとに各回同じ内容です。	市内在住で、おおむね5か月~1歳6か月児 (ステップごとに対象が異なります。下記参照)	母子健康手帳	当日、会場へ
7月13日(金) 午前10時~正午 受付…9時45分から	ステップ2・3に当てはまる乳幼児と保護者(下記参照)	エプロン、三角巾、母子健康手帳、おんぶひも(赤ちゃんと参加する方のみ)、ふだん使用しているスプーン(食べ方について相談のある方)	定員…各15組(要予約) ※参加は各1回まで。

※会場は健康センター、費用は無料です。車での来場はご遠慮ください。

※ステップ1…5・6か月児、ステップ2…7・8か月児、ステップ3…9~11か月児、ステップ4…1歳~1歳6か月児。

休日応急診療・準夜応急診療(内科・小児科)

※いずれも診療所は変更になる場合があります。問合せは042(346)3706へ。小平市ホームページ、携帯電話でもご覧になれます。

日程	診療時間	名称	所在地	電話番号
休日応急診療	日曜日、祝日、年末年始 午前9時~午後5時	小平市医師会応急診療所	学園東町1-19-12(健康センター内)	042(346)3706
準夜応急診療	月曜~日曜日(年中無休) 午後7時30分~10時30分(受付は10時15分まで)			

休日歯科応急診療医(診療時間：午前9時~午後5時)

日程	医療機関名	所在地	電話番号
7月8日(日)	米満 歯科 医院	花小金井1-20-1	042(469)6480
7月15日(日)	一橋 学園 歯科	学園西町2-13-37 カミデビル2階	042(345)8181
7月16日(月・祝)	三木 歯科 医院	上水南町2-4-32	042(326)4970

※車でお越しの際は、必ずお問い合わせください。

東京都による救急診療などの相談・案内

東京消防庁救急相談センター	#7119(携帯電話、PHS、プッシュ回線から)042(521)2323(ダイヤル回線から)	救急車を呼ぶべきか迷った場合の相談・24時間
小平消防署 病院・診療所案内	042(341)0119	救急医療機関の案内・24時間
東京都医療機関案内サービス(ひまわり)	03(5272)0303	診療中の医療機関の案内・24時間

国民健康保険

医療費の窓口支払い額が、限度額までに

70歳未満の方が入院や外来診療で高額な医療費がかかる場合、「限度額適用認定証」を提示すると、医療機関の窓口での支払いが自己負担限度額で済みます。

住民税非課税世帯の方は、入院時の食事代を減額

入院すると、診療費、薬代とは別に、食事代がかかりますが、「限度額適用・標準負担額減額認定証」を医療機関に提示すると、自己負担額が減額されます。

世帯主および国民健康保険加入者全員の平成24年度住民税が非課税の世帯の方(右下表の②、③)

※平成24年1月2日以降に転入した方は、平成24年1月1日現在の住民

入院時の食事代の自己負担額(1食当たり)

区分	金額	
① 一般	260円	
② 住民税非課税の世帯に属する方など(③以外の方)	過去1年間の入院が90日以内	210円
	過去1年間の入院が90日を超えている	160円
③ ②のうち、所得が一定基準に満たない70歳以上の方	100円	

登録地の市区町村が発行した世帯全員の平成24年度住民税非課税証明書(所得金額の記載のあるもの)が必ずあります。

※申請日以前の1年間の入院日数が90日を超えている場合、食事代がさらに減額されます。申請をしていない方は、その日数分の領収書または入院証明書をお持ちください。

共通

認定証は、毎年8月1日が更新日ですが、すでに平成23年度のものをお持ちください。

介護予防講演会

高齢者の口腔ケアについて
いつまでもおいしく食べられる口の状態を保つために、口のケアなどについて学んでみませんか。

問合せ 保険年金課国民健康保険係 ☎042(346)9529

お持ちの方には、6月下旬に申請書類を送付しましたので、必要な方は7月20日(金)までに申請してください。

※認定証の取得には事前申請が必要です。

※国民健康保険税の滞納がある場合は、制度の適用を受けられないことがあります。

申請窓口 保険年金課(市役所1階)・東部・西部出張所、動く市役所(東部・西部出張所、動く市役所で受付した場合は、後日送付)

持ち物 国民健康保険被保険者証、印鑑

地域活動で生かす 災害ボランティア養成講座

災害ボランティアを基礎から学び、総合防災訓練にボランティア参加する体験などを通じて、地域で活躍することを取り組んでみませんか。

とき 7月28日、8月18日、9月8日の土曜日 午前9時30分~午後0時30分 全5回

ところ 福祉会館ほか 費用 無料

講師 小平市社会福祉協議会職員
主催 小平市社会福祉協議会
後援 小平市

申込み 7月20日(金)まで(土曜・日曜日、祝日を除く)の午前9時30分から午後5時までに、権利擁護センターへ(電話可、先着順) ☎042(342)8780

成年後見基礎講座

とき 7月23日(月) 午後2時~4時

ところ 福祉会館

費用 無料

定員 50人

内容 法定後見制度の活用について

講師 天寺純香さん(災害救援ボランティア推進委員会)ほか
申込み 電話で、こたてらボランティアセンターへ(先着順) ☎042(346)1424