



肝炎ウイルス検診



とき 7月1日(月)〜平成26年2月28日(金)
 ところ 指定医療機関
 費用 無料
 対象 40歳以上(昭和49年3月31日以前生まれ)の市民
 ※過去に肝炎ウイルス検診を受診した方を除く。
 ※40歳以上の国民健康保険加入者で市の特定健診の対象となる方や、後期高齢者の健診の対象となる方は、健診と一緒に受けられますので申込みは不要です。
 定員 200人
 内容 問診、血液検査(採血)
 申込み 平成26年1月31日(金)まで

で(消印有効)に、はがきに必要な事項(左上図参照)を記入のうえ、問合せ先へ(電話不可)
 ※健康センター、東部・西部出張所、動く市役所に置いてある申込用紙または東京電子自治体共同運営サービスのホームページからも申し込みます(携帯電話からは、紙面欄外の二次元バーコードを読み取ってアクセス)。
 ※受診券は6月下旬から発送予定。
 問合せ 健康センター(〒187-0004) 3 学園東町一丁目19番12号 ☎042(346)3700
 43 学園東町一丁目19番12号 ☎042(346)3700

過・母乳育児の話、グループワーク、妊婦体操
 ②6月21日(金) : 歯科の話、ブラッシング、栄養の話、OBとの交流会
 ※いずれも午後1時15分〜4時、1時受付。
 ※1回のみの参加も可。
 ところ 健康センター
 対象 市内在住の妊娠5か月から8か月までの妊婦と家族
 定員 各40人
 ※保育はありません。
 担当 保健師、助産師、歯科衛生士、管理栄養士
 持ち物 母子健康手帳・筆記用具・水分補給用飲料(各回共通)、バスタオル(①のみ)、歯ブラシ・コップ(②のみ)
 ※①は動きやすい服装で参加してください。
 申込み 参加予定日の1週間前までに、はがきまたは申込用紙に参加希望日、住所、氏名、生年月日、年齢、電話番号、出産予定日、出産経緯の差し上げます。
 日程 ①6月14日(金) : 分娩経緯

有無を記入のうえ、問合せ先へ
 ※母子健康手帳の交付を受けた方は、母子の保健バッグの中に申込用紙が入っています。
 ※参加いただけない場合にのみ、後日連絡します。
 問合せ 健康センター(〒187-0004) 3 学園東町一丁目19番12号 ☎042(346)3700

歯と口の健康週間

6月4日(火)から歯と口の健康週間が始まります。いつまでもおいしく食事をするために、この機会に歯の健康について考えてみませんか。
 ◆お口の無料健診と相談
 日程 6月8日(土) 午後1時〜3時30分 健康センター
 6月9日(日) 午前10時〜午後0時30分 東部市民センター・小川西町公民館
 ※当日健診を受けた方に歯ブラシを差し上げます。

共通

介護支援専門員

実務研修受講試験

試験日 10月13日(日)
 受験要項配布 6月3日(月)〜7月10日(水)、介護福祉課(健康福祉事務センター1階)、市政資料コーナー(市役所1階)、東部・西部出張所、地域包括支援センター、都庁窓口で配布
 申込み 7月10日(水)までに、問合せ先へ送付
 ※詳しくは、受験要項をご覧ください

都では、引きこもりなどの若者の社会参加を支援するため、家族向けの講演会と、支援団体などのパネルディスカッションや合同説明会を開催します。
 とき 6月1日(土) ▽パネルディスカッション : 午前10時〜正午
 ▽講演会 : 午後2時〜4時(要予約) ▽合同説明会 : 正午〜午後5時30分(入退場自由)
 ところ 都庁第一本庁舎5階大会議場
 費用 無料
 ※詳しくは、お問い合わせください。
 問合せ 東京都青少年・治安対策本部 青少年課 ☎03(5388)2257

高齢者緊急通報システム

慢性疾患による体調の急変時の救命として、ボタン一つで東京消防庁(消防型)または民間事業者の受信センター(民間型)に通報される装置を設置します。消防型を設置する場合は、緊急通報協力員(ボランティア)が2人以上必要です。
 費用 利用料などの1割(所得により異なります)
 対象 65歳以上で慢性疾患があり、病状が不安定で日常生活を営むうえで常時注意を要する独り暮らし高齢者または高齢者のみ世帯の方
 問合せ 介護福祉課地域支援係 ☎042(346)9539

成人健康教室・相談などの日程

教室・相談名	とき	対象	内容・持ち物	定員・申込みほか
健康づくり相談	6月4日(火) 午後1時15分〜3時35分の指定する時間	市内在住の方	健康診断や人間ドックの結果を基にした管理栄養士・保健師の個別相談	定員…13人 電話または健康センター窓口へ(要申込み、先着順)
	6月17日(月) 午前9時15分〜11時の指定する時間		直近の健診結果、健康手帳	
栄養・運動教室	6月10日(月) 午後1時45分から ※受付は開始15分前から。 ※栄養か運動のどちらか一方のみに参加する方は2時45分からの参加でも可。	市内在住の方	栄養(目指せ 適正体重(肥満予防))、運動(筋力アップで太りにくい身体を作ろう) 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 ※塩分測定を希望する方は、汁物など大さじ2杯程度を容器に入れてお持ちください。 ※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。 ※治療中の方は主治医の許可を得てください。

※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

日程	対象	持ち物	定員・申込みほか
BCG予防接種 6月7日(金)・11日(火)・21日(金) 受付…午後2時〜3時30分	1歳未満の乳児(接種推奨月齢は生後5か月〜8か月未満)	母子健康手帳、BCG予防接種予診票	当日、会場へ (問合せ 042(346)3700)
3〜4か月児健康診査 6月12日(水)・26日(水) 受付…午後0時30分〜1時30分	平成25年2月生まれ	共通…母子健康手帳、健康保険証、印鑑、アンケート用紙 1歳6か月児…歯ブラシ、コップ 3歳児…歯ブラシ、コップ、子どもの尿	通知…健診日の前月の20日前後 ※おおよそ1時間30分かかります。 ※都合の悪い方は、健康センターへご連絡ください。
1歳6か月児健康診査 6月6日(木)・20日(木) 受付…午後0時30分〜1時15分	平成23年11月生まれ		
3歳児健康診査 6月13日(木)・27日(木) 受付…午後1時〜2時	平成22年5月生まれ		
5歳児健康診査 6月28日(金) 受付…午後1時15分〜2時30分	平成20年6月生まれ	母子健康手帳、アンケート用紙、歯ブラシ3本、コップ	通知…健診日の前月の20日前後 定員…30組(先着順) ※通知が届いたら電話申込み。
たんぼぼ広場(親と子の健康相談) 6月5日(水) 受付…午前9時30分〜10時30分	生後4か月〜4歳未満の乳幼児と保護者	たんぼぼカード(4月以降の初回参加時に配布)、母子健康手帳(発育の確認をしたい方)	当日、会場へ
2歳のすくすく教室(育児教室・歯科健診) 6月27日(木) 受付…午前9時30分〜9時40分	市内在住の平成23年6月生まれのお子さんと保護者	母子健康手帳、歯ブラシ(仕上げ用)、コップ、アンケート用紙(申込み後送付します)	定員…20組(先着順) 電話または健康センター窓口で申込み ※対象月以外で参加ご希望の方はご相談ください。

※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。

休日応急診療・準夜応急診療(内科・小児科)

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
5月26日(日)	内藤 歯科医院	小川町1-822	042(347)0707
6月2日(日)	サニーコート小平ビル歯科医院	美園町1-16-2 サニーコート小平ビル2階	042(346)6990

※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

ところ ルネこだいらレセプション
 費用 無料
 対象 市内在住の方
 定員 80人
 講師 伊藤敬雄さん(小平駅前クリニック医師)
 申込み 介護福祉課地域支援係へ(電話可、先着順) ☎042(346)9539

問合せ 東京都福祉保健財団 ☎03(5206)8735
 ひきこもりに関する講演会・若者社会参加応援事業取組発表会・説明会