



小島慶子さん

ハラスメント
社会はみんなで変えられる

◆女と男のフォーラム 小平市男女共同参画推進条例施行10周年 エッセイスト、タレントとして活躍する小島慶子さんが、ハラスメントと社会について考えるためのヒントを話します。一人ひとりが大切にされ、自分らしく生き生きと暮らせる男女共同参画社会を目指すために、自分にできることを考えてみましょう。

とき 2月9日(日) 午後1時30分～3時15分

ところ 中央公民館ホール

定員 百30人

※保育7人あります(1歳から就学)

◆市民環境配慮指針啓発支援講座
非常用電源、地球温暖化防止として役立つソーラーパネルと蓄電池の基礎知識や賢い選び方、地球温暖化についてなどを太陽光発電所ネットワークの田中稔さんが解説します。

とき 1月19日(日) 午後1時～3時

ところ ふれあい下水道館講座室

対象 市内在住・在勤・在学の方

定員 30人

申込み 1月16日(木)までに、住所、氏名、電話番号を環境政策課へ(電話・電子メール可、先着順) ☎042(346)9818、✉rankyos@city.kodaira.lg.jp

◆家族介護教室
認知症サポーターとは、認知症やその家族を見守り、支援する人です。講座では、認知症の基本的知識や接し方などを学びます。

とき 1月30日(木) 午後1時30分～3時

ところ 介護老人保健施設けやきの郷介護者教室(小川町1-485)

対象 市内在住・在勤で認知症の方との関わり方を学びたい方

定員 20人

申込み 地域包括支援センター(先着順) ☎042(346)9539

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

とき	内容・持ち物	定員・申込み
2月18日(火) 午前の指定する時間	内容…健康診断や人間ドックの結果を基にした、主に生活習慣病予防に関する個別相談 持ち物…直近の健診や人間ドックの結果、参加カード(お持ちの方)	定員…4人 事前に問合せ先へ(先着順)
2月25日(火) 午後の指定する時間		定員…2人 事前に問合せ先へ(先着順)

※会場は健康センター、対象は市内在住の方です。車での来場はご遠慮ください。

乳幼児の教室・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

とき	対象	持ち物	申込み
1月24日(金) ステップ1…午後1時30分から ステップ2…午後2時30分から ステップ3…午前9時45分から ステップ4…午前10時45分から	市内在住の方(ステップごとに対象が異なる(下記参照))	母子健康手帳	当日、会場へ ※空調工事のため試食はありません。
3～4か月児・1歳6か月児・3歳児健康診査、5歳児歯科健診、BCG集団予防接種などの案内は個別に送付しています。転入の方など届いていない場合や受けていない場合はお問い合わせください。			

※会場は健康センター。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)

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(1月5日まで)	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 (左記診療時間内)
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) ※年末年始(1月5日まで)は、午後6時30分から診療開始。			

※応急診療所の診療科目は内科と小児科です。高校生以下の受診は、保護者の同伴が必要です。健康保険証、各種医療費受給者証を忘れずにお持ちください。連休、年末年始、インフルエンザ流行時期は、大変混雑するため、診察や薬の処方までに、時間がかかる場合があります。

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
1月1日(水・祝)	中山 歯科 医院	学園東町3-4-2	042(347)4184
1月2日(木)	はなみずき 歯科 医院	上水本町1-7-4	042(321)4618
1月3日(金)	なかじま 歯科 医院	花小金井南町1-14-22-101	042(451)3561
1月5日(日)	青木 歯科 クリニック	鈴木町2-846-29	ロイヤルガーデン101 042(383)2648
1月12日(日)	米満 歯科 医院	花小金井1-20-1	042(469)6480
1月13日(月・祝)	尚原 歯科 医院	学園西町2-18-3	042(341)9432
1月19日(日)	ゆざわ 歯 科	学園西町2-3-1	042(345)1401

※車でお越しの際は、必ずお問い合わせください。また、医療機関は変更になる場合があります。

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

講演会
社会参加への道
高次脳機能障害を持った自分だからできること

高次脳機能障害が脳梗塞や交通事故などにより脳が損傷され、話す、考える、覚えることが難しくなり生活に支障をきたす状態です。事例を基に、高次脳機能障害の理解を深め、社会参加について考えます。

とき 1月25日(土) 午後1時～4時 0時30分開場

ところ 東久留米市立生涯学習センターまろにえホール(東久留米市中央町2-6-23)

※車での来場はご遠慮ください。

対象 高次脳機能障害に関わる方、関心のある方

内容 高次脳機能障害の復職に関する基調講演、高次脳機能障害に関する講演

家族介護教室
認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、認知症やその家族を見守り、支援する人です。講座では、認知症の基本的知識や接し方などを学びます。

とき 1月30日(木) 午後1時30分～3時

ところ 介護老人保健施設けやきの郷介護者教室(小川町1-485)

対象 市内在住・在勤で認知症の方との関わり方を学びたい方

定員 20人

申込み 地域包括支援センター(先着順) ☎042(346)9539

介護予防講演会
健康長寿の秘けつ

◆キーワードは運動と仲間
気楽に楽しくできる運動や体操を交えながら、健康長寿の秘けつをお伝えします。

とき 2月7日(金) 午後2時～4時

ところ 福祉会館小ホール

対象 市内在住で介護予防に興味のある方

定員 60人

内容 講話と質疑応答、簡単な美技、体操

持ち物 筆記用具、飲み物

※動きやすい服装でお越しください。

問合せ 高齢者支援課(先着順) ☎042(346)9539

社会福祉協議会
心にしみる短詩を募集

心に残った出来事や感動を短詩に表してみませんか。テーマは「私とスポーツ」です。優秀作品は、福祉のついでに発表します。

申込み 1月31日(金)まで(必着)

※詳しくは、ホームページをご覧ください。

※現地で回収ボックスに入れ、容器はお持ち帰りください。

▽フードドライブ(未利用食品の回収)：缶詰、インスタント・レトルト食品、パスタなどの乾物、コーヒー、調味料ほか

※未開封で包装や外包装が破損していない、賞味期限が1か月以上先のもの。生鮮食品不可、瓶詰め食品不可。

▽紙パックの回収

▽雑貨交換：まだ使えるおもちゃ、ぬいぐるみ(30センチ以内)、育児用品をポケットティッシュや菓子との交換

とき 1月17日(金) 午後1時30分～3時30分 雨天決行

ところ マミーマート小平小川店

リサイクルきょうばん
陶磁器食器や未利用食品などを回収

とき 1月17日(金) 午後1時30分～3時30分 雨天決行

ところ マミーマート小平小川店

※未開封で包装や外包装が破損していない、賞味期限が1か月以上先のもの。生鮮食品不可、瓶詰め食品不可。

▽紙パックの回収

▽雑貨交換：まだ使えるおもちゃ、ぬいぐるみ(30センチ以内)、育児用品をポケットティッシュや菓子との交換

女性のための起業講座

起業したい女性を対象とした講座です。事業のアイデアはあるけれど、まだ内容が漠然としている方のために、思いを丁寧に整理し、時間をかけて構想を練って、具体的なテーマをつくりまします。

とき 1月21日～3月3日の火曜日(2月11日・25日を除く) 午後1時～4時 全5回

ところ NPO法人マイスタイル事務所(学園東町1-17-8)

費用 5千円

対象 創業を志す女性

申込み 産業振興課(先着順) ☎042(346)9534

小平で創業したい夢を応援
こだいら創業セミナー

失敗しない創業のために、マーケティングなどの基礎知識を学びます。

セミナー終了後は、近隣の空き店舗を見学します。

とき 1月23日(木) 午前10時～午後1時

ところ こだいらコワーキングスペース(学園東町1-9-15)

対象 創業を予定している、または創業したばかりの方

定員 10人

申込み 産業振興課(先着順) ☎042(346)9534