



歯と口の健康週間

無料 歯科相談

6月4日(金)～10日(木)の歯と口の健康週間に合わせて、歯科相談を開催します。当日は、歯・口の悩みを相談できます。健康の入口はお口から。この機会に歯の健康について考えてみませんか。

日程 ①6月5日(土) 午後1時～3時30分 健康センター、②6月6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

定員 ①20人、②各15人 ※当日、相談した方に歯ブラシを差し上げます。

申込み 小平市歯科医師会へ(先着順) ☎042(343)8261

物忘れチェック会

簡単な質問票で認知症の疑いがあるかの確認や、認知症予防の講話をします。受診が必要な方には、後日、医療機関への紹介状をお渡しします。

日程 6月18日(金)まで、権利擁護センター「こだい」へ(電話可、先着順) ☎042(342)8780

シルバー人材センター

7月～8月の募集 入門、ワード初級、エクセル

成年後見制度基礎講座

成年後見制度とは何か、専門家より、基礎から具体的に学びます。

日程 6月21日(月) 午後2時～4時

市立図書館

市立図書館と分室は、図書館資料の点検・整理のため臨時休館します。

臨時交付窓口を開設

マイナンバーカードを受け取れる

市職員の軽装を実施

臨時休館 市立図書館と分室は、図書館資料の点検・整理のため臨時休館します。

マイナンバーカードを受け取れる

市職員の軽装を実施

市職員の軽装を実施

はじめよう つづけよう 健康づくり こだいら健康ポイント 参加者を募集

スマートフォン用アプリや市が貸し出す活動量計を使い、日々の歩数などを定期的に送信してポイントを貯めることができます。



目標のポイントまで貯めると商品券(500円相当)を差し上げます。

また、毎日の歩数や獲得ポイントをホームページなどで確認でき、日頃の成果の振り返りができます。

コロナ禍で運動不足が気になる方、運動を始めるきっかけがない方は、この機会に参加しませんか。

対象 次のすべてに該当する方

▷市内在住で20歳以上

▷健康関連のアンケート調査に協力できる

▷8月から令和4年3月まで参加できる

定員 ①活動量計…300人、②スマートフォン用アプリ…200人

申込み ①5月20日(木)から6月14日(月)まで(消印有効)に、はがきに「こだいら健康ポイント」と明記し、住所、氏名、生年月日、電話番号を記入のうえ、問合せ先へ送付(先着順)

※健康センター、東部・西部出張所、動く市役所にある申込用紙または東京都電子自治体共同運営サービス(スマートフォンからは紙面欄外のQRコードを読み取ってアクセス)からも申し込みます。

②東京都電子自治体共同運営サービスへ(先着順)

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



活動量計

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

Table with 4 columns: とき, 内容・持ち物, 定員・申込み, 健康づくり相談 (保健師・管理栄養士)

※会場は健康センター、対象は市内在住の方。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

Table with 5 columns: とき, 対象, 持ち物, 定員・申込み, ステップアップ離乳食 (講話)

※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)

発熱患者が増加した場合、感染拡大防止のため、主に発熱患者の診療となります。詳しくは、小平市医師会ホームページをご覧ください。

Table with 5 columns: 日 程, 診療時間, 名称, 所在地, 電話番号

※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。

休日歯科応急診療医 (診療時間:午前9時～午後5時)

Table with 4 columns: 日 程, 医療機関名, 所在地, 電話番号

※受診の際は、事前に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

Table with 3 columns: 東京消防庁救急相談センター, 小平消防署病院・診療所案内, 東京都医療機関案内サービス(ひまわり)

ル初級、ワード中級、自由コース 対象 中学生以上 ※受講料など、詳しくは公共施設などにあるチラシをご覧ください。

6月13日(日) マイナンバーカードを受け取れる

都民住宅 入居者を募集

市職員の軽装を実施

▽仲町図書館・花小金井北分室・小川分室・上水南分室:6月15日(火)

6月13日(日) マイナンバーカードを受け取れる

都民住宅 入居者を募集

市職員の軽装を実施

▽7月～8月の募集 入門、ワード初級、エクセル

▽中央図書館:6月15日(火)～21日(月)

6月13日(日) マイナンバーカードを受け取れる

都民住宅 入居者を募集

市職員の軽装を実施



活動量計