

AED取扱講習会



市の一部の公共施設にAED(自動体外式除細動器)が設置されたことに伴い、市民を対象に講習会を行います。

市では、聴覚障がい者や聴者との意思疎通を円滑にするため、手話通訳派遣事業を行っています。

障害者自立支援法説明会

(サービス利用者向け)

現在、障がい者のサービスや医療は、身体障がい、知的障がい、精神障がいなど障害の種類によって利用の仕組みや内容が異なっています。これを一元的なものとする障害者自立支援法が、4月1日から次のおり順次施行されます。

◆障害者自立支援法の施行予定
▽4月1日施行：自立支援医療(更生医療、精神通院公費)、居宅・施設サービスの利用者負担変更(原則1割の定率負担)
▽10月1日施行：新体系サービス実施、補装具の交付種目・利用者負担変更、地域生活支援事業(相談支援事業、手話通訳者派遣、日常生活用具給付、移動支援事業など)実施

◆障害者自立支援法説明会
▽2月10日(金) 午後1

も活用いただけるようになっており、空港、駅構内、百貨店などでも設置が進んでいます。

ぜひ、この機会に受講してください。

とき 2月8日(水)
午前10時～正午、午後1時～3時

ところ 健康センター

費用 無料

対象 市内在住・在勤・在学の方

定員 各回40人

内容 AEDの使用法と心肺蘇生法

講師 小平消防署署員

※動きやすい服装で参加してください。

申込み 健康センターへ(先着順) ☎042(346)3700

リフレッシュ教室

糖尿病・肥満コース

糖尿病や肥満は、生活習慣を変えると改善できることが多いです。糖尿病・肥満について学び、生活習慣の改善に取り組みましょう。

日程 下表のとおり

ところ 健康センター

費用 無料

対象 平成17年4月以降の健診結果が糖尿病または肥満だった方で、4日間と

とき	主な内容
2月20日(月) 午後1時30分～4時	生活習慣を変えよう(講話)
3月14日(火) 午後1時30分～4時	休養・運動講話、実技
3月15日(水) 午前9時30分～正午	栄養講話、調理実習
3月20日(月) 午後1時30分～4時	歯科講話、個別相談、運動実技

も参加できる方
※リフレッシュ教室に初めて参加する方を優先します。

定員 24人
講師 管理栄養士、健康運動指導士、保健師

申込み 2月10日(金)までに、健康センターへ ☎042(346)3700

市では、かかりつけ薬局の促進と、安心で健康な生活が送れるよう、医薬品などについて気軽に相談できる薬事相談会を実施します。ぜひこの機会にご参加ください。

とき 1月29日(日)
午前10時～午後3時

ところ 東部市民センター

内容 医薬品などに関する相談、血糖値測定、血圧測定、ピークフロー測定、骨密度測定ほか

担当 小平市薬剤師会

問合せ 健康センター ☎042(346)3700

薬事相談会

慢性疾患の治療療育相談・講演会

とき 2月3日(金)
午後1時30分～4時30分

ところ 多摩小平保健所

対象 慢性腎疾患のお子さんの保護者

内容 腎炎・ネフローゼの適切な治療

講師 亀井宏一さん(国立成育医療センター医師)

申込み 多摩小平保健所へ ☎0424(50)3111

慢性疾患の治療療育相談・講演会

健康づくり

とき 2月14日(火)・21日(火) 午後2時～4時

ところ 多摩小平保健所

費用 500円

対象 調理業務に携わる方

調理師研修会

とき 2月14日(火)・21日(火) 午後1時30分～3時

ところ やすらぎの園(小川町1-485)

費用 300円(材料費)

講師 古賀秀子さん(料理講師)

申込み 1月23日(月)までに、やすらぎの園 ☎042(345)0617

第2回

健康づくり

調理師研修会

家族介護教室

◆介護者のための簡単料理

とき 1月29日(日)
午後1時30分～3時

ところ やすらぎの園(小川町1-485)

費用 300円(材料費)

講師 古賀秀子さん(料理講師)

申込み 1月23日(月)までに、やすらぎの園 ☎042(345)0617

家族介護教室

◆介護者のための簡単料理

とき 1月29日(日)
午後1時30分～3時

ところ やすらぎの園(小川町1-485)

費用 300円(材料費)

講師 古賀秀子さん(料理講師)

申込み 1月23日(月)までに、やすらぎの園 ☎042(345)0617

乳幼児健康診査

対象 第一子のお子さんで生後2か月～3か月の乳児と母親

定員 25組

内容 赤ちゃんとの触れ合い遊び、お母さんのヘルスチェックほか

担当 保健師、助産師、管理栄養士

持ち物 母子健康手帳、バスタオルほか

費用 無料

問合せ 健康センター ☎042(346)3700

乳幼児健康診査 日程

健診名	対象	健診日	持ち物	
3～4か月児健康診査	平成17年10月生	2月8日(水)	●母子健康手帳 ●健康保険証、印鑑 ●アンケート用紙	
	平成17年11月生	2月22日(水)		
1歳6か月児健康診査	平成16年7月生	3月8日(水)		
	平成16年8月生	3月22日(水)		
3歳児健康診査	平成15年1月生	2月2日(木)		●母子健康手帳 ●健康保険証、印鑑 ●アンケート用紙 ●歯ブラシとコップ
	平成15年2月生	2月16日(木)		
3歳児健康診査	平成15年1月生	3月2日(木)		
	平成15年2月生	3月16日(木)		
3歳児健康診査	平成15年1月生	2月9日(木)	●母子健康手帳 ●健康保険証、印鑑 ●アンケート用紙(2種類) ●子どもの尿 ●歯ブラシとコップ	
	平成15年2月生	2月23日(木)		
3歳児健康診査	平成15年1月生	3月9日(木)		
	平成15年2月生	3月23日(木)		

※対象のお子さんには、健診日の前月20日前後に通知します。

休日応急診療医(内科・小児科)

※いずれも当番医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・Lモード用ホームページでもご覧になれます。

日程	診療時間	医療機関名	所在地	電話番号
1月22日(日)	午前9時～午後5時	松前整形外科・形成外科・内科	小川町1-404-64	042(344)1666
	午後5時～10時	みその診療所	美園町1-2-16	042(342)7270
1月29日(日)	午前9時～午後5時	エム・クリニック	花小金井1-29-5	0424(51)6626
	午後5時～10時	鷹取医院	小川東町5-13-16 板東ビル201号	042(345)1317
2月5日(日)	午前9時～午後5時	近藤医院	花小金井南町2-13-13	0424(67)2162
	午後5時～10時	八木メディカルクリニック	花小金井6-17-5	0424(60)3861
2月5日(日)	午前9時～午後5時	加賀美クリニック	小川東町5-5-1	042(341)0655
	午後5時～10時	中山内科クリニック	喜平町3-2-5-101	042(324)0593
		鈴木小児科内科医院	学園西町2-11-28	042(341)0353

休日歯科応急診療医

日程	診療時間	医療機関名	所在地	電話番号
1月22日(日)	午前9時～午後5時	佐藤歯科クリニック	大沼町1-147	042(345)5966
1月29日(日)		米満歯科医院	花小金井1-20-1	0424(69)6480
2月5日(日)		あらき歯科医院	学園東町2-4-19 ホームズツ橋101	042(343)8211

平日準夜応急診療

※診療受付時間は午後10時15分までです。

日程	診療時間	ところ	科目	所在地	電話番号
月曜～土曜日(祝日、年末年始を除く)	午後7時30分～10時30分	小平市医師会 平日準夜応急診療所	小・内	学園東町1-19-12(健康センター内)	042(346)3706

東京都実施の救急診療の問合せ

施設	電話番号	時間
小平消防署 病院・診療所案内	042(341)0119	案内・24時間
夜間休日案内(ひまわり情報センター)	03(5272)0303	案内・24時間