



40歳以上の方対象 胸部(肺がん・結核)健診

日程 左表のとおり

費用 無料

対象 市内に住民登録または外国人登録のある40歳以上の方(昭和46年3月31日以前に生まれた方)で、定期的に健康(検)診を受ける機会のない方

※学生、会社員など健康(検)診を義務付けられている方を除く。
※妊娠中または妊娠している可能性がある方は、受診できません。
※平成22年6月の胸部健診を受けた方は受診できません。

日程	午前10時～11時30分	午後1時30分～3時
9月21日(火)	東部市民センター	
9月24日(金)	西部市民センター (小川西町公民館)	
9月25日(土)	健康センター	
9月27日(月)	花小金井北地域センター	鈴木地域センター
9月28日(火)	健康センター	
9月29日(水)	津田公民館	上水南公民館
9月30日(木)	大沼公民館	上宿公民館

※25日(土)の午前中は混雑が予想されます。
※車でのご来場はご遠慮ください。

ご利用ください 病後児保育

かぜや骨折、やけどなどの疾患にかかっているが安定した状態にあり、安静にしていれば回復に向かうと医師に診断された児童を、一時的にお預かりする病後児保育を行っています。

実施設 病後児保育室あり
いびー(花小金井5-1-1)
4) ☎042(463) 5303
※公立昭和病院院内保育園内(公立昭和病院徒歩4分)。
保育時間 午前8時～午後6時(土曜・日曜日、祝日、

年末年始を除く) 保育料 1日3千円、半日1千5百円(生活保護受給世帯・住民税非課税世帯には減免制度があります) ※ほかに、昼食代3百円、おやつ代1百円(半日の場合は50円)が必要です。
対象 かかりつけ医が病後児と認め、市内在住の生後6か月から就学前までの児童
定員 1日4人以内
事前登録 病後児保育室あり
利用方法 事前登録後、利用前日(かかりつけ医の診察を受け、小平市病後児保育室診療情報提供書に必要事項を記入)してもらってから、病後児保育室に電話で申込み
※申込みは、利用前日(原則)ですが、定員に空きがある場合は、当日利用も可

胞診検査(1日の喫煙本数×喫煙年数の数値が4百を超え、たんが出る方など)を行う場合があります。
※かくたん細胞診検査のみを行うことはできません。
※金属やプラスチックのボタンなどの肌着を着用して来て下さい。
持ち物 健康手帳
※お持ちでない方には会場でお渡しします。

健康づくりや人間ドックの結果を基に、個別相談を行います。
とき 9月29日(水) 午後1時～4時
問合せ 保育課 ☎042(346)9594

授産施設などの製品を販売
9月は障害者雇用支援月間です。障がいのある方の継続した雇用創出の取り組みとして、市内の障がい者施設の製品(クッキー、さき織製品、木工製品など)を障がいのある方が販売します。売り上げは、施設に通っている方の工賃アップにもつながりますので、ぜひ、お買い求めください。
とき 9月13日(月)～17日(金) 午前9時30分～午後4時
ところ 市役所1階ロビー
問合せ 障害者福祉課 ☎042(346)9542

健康づくり ビギナー教室
◆脂質異常症予防コース
脂質異常症を予防したい方のための健康づくりの基礎を学ぶ2日間の実践教室
日時 9月6日(月)～7日(火) 午前9時30分～正午まで(受付は9時20分)

健康づくり ビギナーコース 日程
とき 主な内容・テーマ 持ち物
9月24日(金) 保健講話(脂質異常症について)と運動実技(エクササイズウォーキングについて) 健康手帳、筆記用具、水分補給用飲料、フェイスタオル、ビギナーカード(お持ちの方)
10月8日(金) 栄養講話(脂質異常症を予防する食事の工夫)、調理実習 健康手帳、筆記用具、エプロン、三角きん、ビギナーカード(お持ちの方)

健康づくり ビギナーコース 日程
とき 主な内容・テーマ 持ち物
9月24日(金) 保健講話(脂質異常症について)と運動実技(エクササイズウォーキングについて) 健康手帳、筆記用具、水分補給用飲料、フェイスタオル、ビギナーカード(お持ちの方)
10月8日(金) 栄養講話(脂質異常症を予防する食事の工夫)、調理実習 健康手帳、筆記用具、エプロン、三角きん、ビギナーカード(お持ちの方)

健康づくり ビギナーコース 日程
とき 主な内容・テーマ 持ち物
9月24日(金) 保健講話(脂質異常症について)と運動実技(エクササイズウォーキングについて) 健康手帳、筆記用具、水分補給用飲料、フェイスタオル、ビギナーカード(お持ちの方)
10月8日(金) 栄養講話(脂質異常症を予防する食事の工夫)、調理実習 健康手帳、筆記用具、エプロン、三角きん、ビギナーカード(お持ちの方)

健康づくり ビギナー教室
◆脂質異常症予防コース
脂質異常症を予防したい方のための健康づくりの基礎を学ぶ2日間の実践教室
日時 9月6日(月)～7日(火) 午前9時30分～正午まで(受付は9時20分)

健康づくり ビギナーコース 日程
とき 主な内容・テーマ 持ち物
9月24日(金) 保健講話(脂質異常症について)と運動実技(エクササイズウォーキングについて) 健康手帳、筆記用具、水分補給用飲料、フェイスタオル、ビギナーカード(お持ちの方)
10月8日(金) 栄養講話(脂質異常症を予防する食事の工夫)、調理実習 健康手帳、筆記用具、エプロン、三角きん、ビギナーカード(お持ちの方)

健康づくり ビギナーコース 日程
とき 主な内容・テーマ 持ち物
9月24日(金) 保健講話(脂質異常症について)と運動実技(エクササイズウォーキングについて) 健康手帳、筆記用具、水分補給用飲料、フェイスタオル、ビギナーカード(お持ちの方)
10月8日(金) 栄養講話(脂質異常症を予防する食事の工夫)、調理実習 健康手帳、筆記用具、エプロン、三角きん、ビギナーカード(お持ちの方)

健康づくり ビギナーコース 日程
とき 主な内容・テーマ 持ち物
9月24日(金) 保健講話(脂質異常症について)と運動実技(エクササイズウォーキングについて) 健康手帳、筆記用具、水分補給用飲料、フェイスタオル、ビギナーカード(お持ちの方)
10月8日(金) 栄養講話(脂質異常症を予防する食事の工夫)、調理実習 健康手帳、筆記用具、エプロン、三角きん、ビギナーカード(お持ちの方)

健康づくり ビギナーコース 日程
とき 主な内容・テーマ 持ち物
9月24日(金) 保健講話(脂質異常症について)と運動実技(エクササイズウォーキングについて) 健康手帳、筆記用具、水分補給用飲料、フェイスタオル、ビギナーカード(お持ちの方)
10月8日(金) 栄養講話(脂質異常症を予防する食事の工夫)、調理実習 健康手帳、筆記用具、エプロン、三角きん、ビギナーカード(お持ちの方)

健康づくり ビギナーコース 日程
とき 主な内容・テーマ 持ち物
9月24日(金) 保健講話(脂質異常症について)と運動実技(エクササイズウォーキングについて) 健康手帳、筆記用具、水分補給用飲料、フェイスタオル、ビギナーカード(お持ちの方)
10月8日(金) 栄養講話(脂質異常症を予防する食事の工夫)、調理実習 健康手帳、筆記用具、エプロン、三角きん、ビギナーカード(お持ちの方)

健康づくり ビギナーコース 日程
とき 主な内容・テーマ 持ち物
9月24日(金) 保健講話(脂質異常症について)と運動実技(エクササイズウォーキングについて) 健康手帳、筆記用具、水分補給用飲料、フェイスタオル、ビギナーカード(お持ちの方)
10月8日(金) 栄養講話(脂質異常症を予防する食事の工夫)、調理実習 健康手帳、筆記用具、エプロン、三角きん、ビギナーカード(お持ちの方)

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
9月15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
9月17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、三角きん、母子健康手帳、おんぶひも(赤ちゃんに参加される方のみ)、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。
9月24日(金) 受付...午後1時～1時15分	2歳～2歳2か月児と保護者	母子健康手帳、歯ブラシ2本(仕上げ用・保護者用)、コップ	定員...各30組(先着順) はがきに必要事項(下図参照)を記入のうえ、問合せ先へ送付 ※定員に達した場合は、こちらから連絡します。
9月17日(金) 受付...午後1時15分～3時	5歳～5歳2か月児と保護者	母子健康手帳、歯ブラシ3本(仕上げ用・保護者用・子ども用)、コップ	○月○日 ①お子さんの氏名(ふりがな) ②お子さんの生年月日 ③保護者の氏名 ④住所 ⑤電話番号

※会場は健康センターです。車でのご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。

休日応急診療医(内科・小児科)

(診療時間: 午前9時～午後5時)

※印のある医療機関では、15歳以上の方を診察します。

日程	医療機関名	所在地	電話番号
9月5日(日)	ながしま脳神経・頭痛クリニック※	喜平町1-7-17	042(332)0232
	木の花クリニック	小川町2-1959-1 ダルエルベイダ1階	042(349)2424
9月12日(日)	真能クリニック	学園西町2-13-37 カミデビル2階	042(342)8280
	渡辺内科医院	鈴木町1-258-2	042(342)3517
9月19日(日)	ゆずるクリニック	小川町1-972-7-2階	042(348)8515
	小平いまき内科クリニック	美園町1-12-6 グランメール小平1階	042(312)3820
9月20日(月・祝)	仲谷クリニック	学園東町3-3-36	042(341)5270
	浮田医院	学園西町2-6-10	042(341)0348

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
9月5日(日)	三珠歯科医院	鈴木町2-187 吉田ビル1階	042(465)8118
9月12日(日)	ひろ歯科医院	小川西町4-17-21 下田ビル2階	042(341)9388
9月19日(日)	サニーコート小平ビル歯科医院	美園町1-16-2-201	042(346)6990
9月20日(月・祝)	ほんま歯科医院	鈴木町1-462-3 Fビル101	042(320)8241

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	科目	名称	所在地	電話番号
月曜～日曜日(祝日、年末年始を含む)	午後7時30分～10時30分	小・内	(社)小平市医師会 準夜応急診療所	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

施設名	電話番号	受付時間
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)	案内・24時間
小平消防署 病院・診療所案内	042(341)0119	案内・24時間

認知症が気になったら
もの忘れ相談医へ相談を
市では、認知症の早期発見、早期予防を図るため、早いうちから相談できるよう「もの忘れ相談医一覧」を作成しました。認知症が気になったときは、もの忘れ相談医へ相談してください。

権利擁護セミナー
任意後見制度の活用
とき 9月30日(木) 午後2時～4時
ところ 中央公民館2階ホール
費用 無料
定員 90人
講師 山崎政俊さん(司法書士)
申込み 9月6日(月)から29日(水)まで(土曜・日曜日、祝日を除く)の午前9時から午後5時までに、こたてらボランティアセンターへ(先着順) ☎042(346)1424

老化予防体操
ボランティアは楽しい
問合せ 権利擁護センター
こたてら ☎042(342)8780