



令和6年度 成人歯科健診

令和7年2月28日(金)まで
 市内指定医療機関
 対 市内在住で20歳以上(平成17年3月31日以前生まれ)の方
 ※申込み後に市外へ転出した方や、すでに令和6年度成人歯科健診を受診した方は受診できません。
 内問診、指導、歯の検査、歯周病検査

成人歯科健診申込書

1 氏名 ()
 2 住所 (〒187-)
 小平市
 3 生年月日 (大正・昭和・平成) 年 月 日
 4 電話番号 - -

住まいのリフォーム相談会

市では、市内の建設業者団体(小平市住宅リフォーム斡旋協会)と協定を結び、安心して発注できる業者や職人を、団体を通じて派遣しています。
 相談会では、地元工務店、専門工務店の登録業者が市内業者あつせん制度を説明します。また、住宅リフォームの相談を受け付けます。住宅のことでお悩みの方は、ぜひお越しください。
 日10月25日(金) 午前9時30分～午後2時30分
 場市役所1階ロビー
 申当日、会場へ
 問市民協働・男女参画推進課 ☎042(346)9809

空き家セミナー！個別相談会

将来、空き家にならないために今から考える！**私の実家と自宅のこと** 増え続ける空き家などの対策として、空き家が増える原因や法律、適切な管理の仕方、さまざまな活用方法

令和7年1月31日(金)までに、はがきに必要事項(左上図参照)を記入のうえ、問合せ先へ(電話不可) ※1人につき、はがき1枚で申し込みください。
 ※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共同電子申請・届出サービス(紙面欄外QRコード)からも申し込みます。
 ※健診票は、申込み後、順次発送します。
 問健康推進課 ☎042(346)3700

血管力アップ教室 (脂質異常症編)

管理栄養士監修レシピ、調理実習つき
 LDコレステロールや中性脂肪法の事例などを専門家から学びます。また、個別相談もできます。
 日11月17日(日)
 ①セミナー：午後2時～4時 1時40分から受付
 ②個別相談会：午後4時～5時30分
 場福祉会館小ホール
 対市内在住・在学・在勤の方、市内に戸建住宅を所有または管理している方(相続などで所有予定の方を含む) 定①40人、②12組
 申10月21日(月)から、申込みフォーム(右図QRコード)または電話で地域安全課へ(電子メール可、先着順) ☎042(346)9614、✉chikan.zen@city.kodaira.lg.jp



都営住宅(東京都全域)入居者を募集

募集住宅(家族向・単身者向)
 ①世帯向(一般募集住宅)
 ②若年夫婦・子育て世帯向(定期使用住宅)
 ③居室内で病死などがあった住宅
 ※小平市民を対象にした、地元割当都営住宅の入居者募集は、11月20日(水)から28日(木)まで、パンフレットを

は、血液中に余分な量があると、血管を詰まらせる原因となります。弾力のある血管を保つ食事や生活のこつを学びます。料理が苦手な方も気軽に参加できます。
 日11月18日(月) 午前9時30分～正午9時受付
 場健康センター
 対市内在住の方
 ※初めての方を優先。
 定20人
 ※保育5人あります(6か月以上、先着順)。
 内保健・歯科・栄養講話、調理実習、試食、血管年齢測定
 持エプロン、三角巾、マスク、筆記用具、飲み物、参加カード(お持ちの方)
 申10月21日(月)から、健康推進課へ(電話可、先着順) ☎042(346)3704

は、血液に余分な量があると、血管を詰まらせる原因となります。弾力のある血管を保つ食事や生活のこつを学びます。料理が苦手な方も気軽に参加できます。
 日11月18日(月) 午前9時30分～正午9時受付
 場健康センター
 対市内在住の方
 ※初めての方を優先。
 定20人
 ※保育5人あります(6か月以上、先着順)。
 内保健・歯科・栄養講話、調理実習、試食、血管年齢測定
 持エプロン、三角巾、マスク、筆記用具、飲み物、参加カード(お持ちの方)
 申10月21日(月)から、健康推進課へ(電話可、先着順) ☎042(346)3704

は、血液に余分な量があると、血管を詰まらせる原因となります。弾力のある血管を保つ食事や生活のこつを学びます。料理が苦手な方も気軽に参加できます。
 日11月18日(月) 午前9時30分～正午9時受付
 場健康センター
 対市内在住の方
 ※初めての方を優先。
 定20人
 ※保育5人あります(6か月以上、先着順)。
 内保健・歯科・栄養講話、調理実習、試食、血管年齢測定
 持エプロン、三角巾、マスク、筆記用具、飲み物、参加カード(お持ちの方)
 申10月21日(月)から、健康推進課へ(電話可、先着順) ☎042(346)3704

薬事相談会

小平市薬剤師会の薬剤師に、医薬品などについて気軽に相談できます。
 日11月3日(日・祝) 午前10時～午後3時
 場福祉会館屋外駐車場、福祉会館前市民広場(福祉バザー会場内)
 内医薬品などに関する相談、アレルギー(筋力低下)のチェックと相談、血圧測定ほか
 持お薬手帳(お持ちの方)
 問健康推進課 ☎042(346)9641

社協福祉バザー

市民の皆さんから寄付いただいた品物を安価で販売し、その収益を地域福祉事業に活用します。
 日11月3日(日・祝) 午前10時～午後3時
 場中央公民館2階ホール

青少年健全育成講演会 勇気を翼に込めて

1991年に誕生し、全国の卒業式で歌われている名曲「旅立ちの日」は、秩父市立影森中学校の校長と音楽教諭によって作られた、子どもたちへのありがたみの歌です。作曲家の高橋浩美さんから、先生と子どもたちの心震えるエピソードを聞きながら、子どもたちとの関わり方を学びます(演奏あり)。
 日11月12日(火) 午後3時～4時 2時30分開場
 場中央公民館2階ホール

卒業ソング「旅立ちの日」誕生と子どもたち

1991年に誕生し、全国の卒業式で歌われている名曲「旅立ちの日」は、秩父市立影森中学校の校長と音楽教諭によって作られた、子どもたちへのありがたみの歌です。作曲家の高橋浩美さんから、先生と子どもたちの心震えるエピソードを聞きながら、子どもたちとの関わり方を学びます(演奏あり)。
 日11月12日(火) 午後3時～4時 2時30分開場
 場中央公民館2階ホール

精神保健福祉を 考える つどい

障がいのある当事者が主体になれる取り組みを通じて、地域で支え合いながら生きることについて、2部構成で講演します。
 日11月16日(土) 午後1時～3時30分
 場国立精神・神経医療研究センター教育研修棟ユニバーサルホール(小川東町4-1-1)
 費200円(当事者は無料)
 定百人
 内▽第一部 中部学院大学の加藤大輔さんの講演、各クラブハウスから実践発表

市内で暮らしたい障がい者 住宅への入居を支援

市内に住み続けたいと希望する18歳以上65歳未満の障がいのある方の、民間賃貸住宅への入居の相談に応じます。また、保証会社の利用時には、条件によって保証料の一部を助成します。
 利用条件など、詳しくはお問い合わせください。
 申社会福祉法人ときわ会地域生活支援センターあさやけ ☎042(345)1741
 85、FAX042(346)9541

乳幼児の教室・相談などの日程

問合せ(申込み) こども家庭センター 学園東町1-19-12(健康センター内) ☎042(346)3701

日程	対象・定員	持ち物	申込み
たんぼぼ広場(親と子の健康相談) 11月8日(金) 午前9時30分～10時50分受付 東部市民センター	生後4か月～4歳未満の乳幼児と保護者30組程度	たんぼぼカード(4月以降の初回参加時に配布)、バスタオル、母子健康手帳(発育の確認をしたい方)	たんぼぼ広場、かむかむ教室…10月20日(日)から受付開始 離乳食教室…受付中 こどもWeb予約(下図QRコード)へ
離乳食教室(講話・試食) 11月22日(金) 離乳初期…午後1時30分から 離乳中期…午後2時30分から 離乳後期…午前9時45分から 離乳完了期…午前10時45分から ※各回15分前から受け付けます。 健康センター	市内在住で離乳食に関心のある方(下記参照) 各回20組	母子健康手帳、筆記用具、おんぶひも	
かむかむ教室(幼児食講習会) 11月29日(金) 午前10時～正午 9時45分から受付 健康センター	1歳10か月～3歳6か月の幼児と保護者15組 ※初めての方を優先。	母子健康手帳、筆記用具、エプロンと三角巾(幼児用と保護者用)、マスク(保護者用)	

※車での来場はご遠慮ください。
 ※離乳初期(5～6か月ごろ)、離乳中期(7～8か月ごろ)、離乳後期(9～11か月ごろ)、離乳完了期(12～18か月ごろ)。

休日応急診療・準夜応急診療(内科・小児科)

名称・所在地 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)
 問合せ(予約) ☎042(346)3706 ※事前予約制。

とき	診療時間	予約受付時間(電話予約のみ)
休日応急診療	日曜日、祝日、年末年始 午前9時～午後5時	午前8時45分～午後4時30分
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	午後7時～10時

※必ず事前に電話で予約してください(問合せの状況により、電話がつながりにくい場合があります)。
 ※予約がない場合、直接来院されても受け付けはできません。
 ※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。
 ※11月3日(日・祝)は福祉バザー開催のため、健康センターの駐車場は使用できません。健康福祉事務センターの駐車場をご利用ください。

休日歯科応急診療医(診療時間:午前9時～午後5時)

日程	医療機関名	所在地	電話番号
10月27日(日)	ひろ 歯科 医院	小川西町4-24-7	042(341)9388
11月3日(日・祝)	おかべ 歯科 クリニック	小川東町1-21-14 米沢ビル2階	042(345)6681
11月4日(月・振休)	宇 梶 歯科 医院 本院	花小金井1-3-28	042(461)5256

※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。

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) 042(521)2323(上記以外の電話やつながらない場合)	救急車を呼ぶべきか迷った場合の相談(24時間対応)
子供の健康相談室(小児救急相談)	#8000(プッシュ回線の固定電話、携帯電話) 03(5285)8898(ダイヤル回線、IP電話などすべての電話)	休日・夜間に小児科医師・看護師への電話による相談(平日午後6時～翌朝午前8時、休日午前8時～翌朝午前8時)
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時間対応)
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時間対応)