



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

※平成22年6月の胸部健診を受けた方は受診できません。 ※問診により、かくだん細

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。

実施施設 病後児保育室ありびー(花小金井5-1-14) ☎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、

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。

※金庫やプラスチックのポ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。

申込み 当日、会場へ

問合せ 健康センター ☎042(346)3700

健康づくりによる 医師による 健康づくり相談

健康診査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

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

日程	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学ぼう)	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)

※いずれも午前9時30分から正午まで(受付は9時20分から)。

指導士、管理栄養士、看護師
※運動前の体調チェックの結果、運動実技を見学していただく場合があります。

※運動実技は、運動のできる服装と靴で参加してください。

申込み 9月6日(月)から、健康センターへ ☎042(346)3701

やすことを目標に普及を行います。

※一覽表が必要な方は、お問い合わせください(小平市ホームページからご覧いただけます)。

問合せ 介護福祉課地域支援係 ☎042(346)9539

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

問合せ 権利擁護センター
こたてら ☎042(342)8780

ボランティアは楽しい

講話と
老化予防体操

とき 9月18日(土) 午後1時30分～4時

ところ 中央公民館

費用 保険代30円

対象 ボランティア・介護予防に関心のある方

定員 25人

講師 篠倉栄子さん(点字サークルげやき会員)、さわやか・ゆめ体操小平

申込み 9月7日(火)から(日曜・月曜日、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

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