

10月は乳がん月間

ピンクリボン
キャンペーン

年々増えている乳がんについて、この機会に関心をもちましょう。

日程 ▽10月19日（火）

午前10時30分～正午
コ
ープとつきよう小川西町店
周辺
▽10月22日（金） 午後2
時～4時 いなげや花小金
井駅前店周辺

内容 乳がん予防啓発チ
ラシ・グッズの配布、30歳
以上の方向けの乳がん検診
申込みの受付（定員は各30
人、先着順）
※受診条件に合わない場合
は、お断りすることがあり
ます。

幼 児 歯 科
健 診 ・ 相 談

年間を通じて、歯科健
診、歯磨き指導、予防処置
（予防処置のみ有料、生活
保護受給世帯には減免制度
あり）を行っています。

申込み後は、継続して、
3・4か月ごとに、歯科健
診を受けることができま

往復はがき（往信用裏面）

幼児歯科健診・相談 申込書
対象児の 氏名（ふりがな）
生年月日
保護者の 氏名（ふりがな）
住所
電話番号

※返信用表面には住所、氏名を記入
してください。
※返信用裏面には何も記入しないで
ください。

1 4 号 丁 問
（ （ （ 目 合
6 ） 4 19 せ
3 ） 番 12 健
7 0 学 園 康
0 園 東 町 一
1 1 セ ン タ ー
2 1 二 階
3 3 学 園 東 町 一
4 1 1 階
6 1 1 階
3 1 1 階
7 1 1 階
0 1 1 階

問 合 せ 健康センター ☎042
（346）3701
栄 養 ・ 運 動
教 室

と き 10月19日（火）

午後1時45分～2時30分、
2時45分～3時30分（受付
は開始10分前）

※栄養と運動の教室を時間
を変えて行いますので、ど
ちらの教室にも参加するこ
とができます（両方参加の
場合は1時30分に受付）。

と ころ 健康センター

対 象 市民

内 容 栄養：野菜で血管
若返り、野菜をたっぷりと
る食事（集団講話、希望者
の塩分測定あり）、運動：

気軽に簡単ストレッチ（集
団実技）

担 当 健康運動指導士、
保健師、管理栄養士

持 ち 物 筆記用具、健康手
帳（お持ちの方）、参加カ
ード（初回参加時に発行）

※運動に参加する方は、水
す。

と き 火曜日（午後）、木
曜日（午前）

と ころ 健康センター

対 象 1歳～4歳1か月
未満のお子さん

担 当 歯科医師、歯科衛
生士

申 込 往復はがきに必要
事項（左図参照）を記入の
うえ、問合せ先へ

※返信用はがきで、健診日
をお知らせし
ます。

問 合 せ 健康
センター（二
階）

187-0043
学 園 東 町 一
1 1 階

4 6 3 7 0
1

分補給用飲料、フェイスタ
オルを持参し、運動のでき
る服装と靴でお越しくださ
い。

※塩分測定を希望する方
は、汁物などを大きく2杯
程度、容器に入れて持参し
てください。

申 込 当日、会場へ

問 合 せ 健康センター ☎042
（346）3701

ヘルスア
ップ
セ
ミ
ナ
ー

なりたい自分をイメージ
してひとりひとりに合った
目標を決め、仲間とともに
健康づくりの継続を目指し
ます。

日 程 下表のとおり

と ころ 健康センター

費 用 無料

対 象 次の条件をすべて
満たす方

▽平成21年4月以降の健診
や人間ドックを受診し、全
日程参加できる

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 10月25日（月）

午後1時～4時

と ころ 健康センター

費 用 無料

対 象 市内在住の成人

定 員 6人

担 当 医師、保健師、管
理栄養士、看護師

持 ち 物 健康手帳（お持ち
の方）、直近の健診や人間
ドックの結果ほか

申 込 10月4日（月）か
ら、健康センターへ（先着
順） ☎042（346）3701

乳幼児の健診・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
ステップアップ 離乳食	10月20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、 おおむね5 か月～1歳 6か月児 （ステップご とで対象が 異なります。 下記参照）	母子健康手帳	当日、会場へ
もぐもぐ教室 離乳食講習会 （調理実習）	10月15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。
2歳児健診	10月22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、歯プ ラシ2本（仕上げ用・ 保護者用）、コップ	定員…各30人（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。
5歳児健診	10月29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、歯プ ラシ3本（仕上げ用・ 保護者用・子ども 用）、コップ	○月○日 ○歳児歯科健診申込み 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か月～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）

※医療機関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、携帯電話で
もご覧になれます。
※車でお越しの際は、必ずお問い合わせください。

	日 程	診 療 時 間	名 称	所 在 地	電 話 番 号
休日応急診療	日曜日、祝日、 年末年始	午前9時～ 午後5時			
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 （受付は10時15 分まで）	（社）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）	042(346)3706

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3日（日）	なお歯科クリニック	花小金井4-33-5 T Nホワイトビル1階	042(444)1788
10月10日（日）	つるた歯科医院	花小金井2-31-15 サンライズ21 103	042(466)6088
10月11日（月・祝）	篠木歯科医院	学園西町3-19-11	042(345)4394
10月17日（日）	松本歯科医院	小川町1-73-3 浅野屋ビル3階	042(344)8241

東京都実施の救急診療の問合せ

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

ヘルスアップセミナー

と き	主 内 容
11月2日（火）	生活習慣病の話・食事の話・歯 科講話・個別相談
11月9日（火）	目標を考えよう（グループワ ーク）・運動講話・実技
11月16日（火）	栄養実習、栄養相談、運動実 技、グループワーク
12月21日（火）	グループワーク・運動実技
平成23年1月18日（火）	運動実技、終了式

※いずれも午後1時20分～4時。

遠慮ください。
申 込 み 健康センターへ ☎
042（346）3701

家族介護教室

※介護者のメンタル・ケア
一人で介護を抱え込まな
いように、介護と上手に付
き合い、長続きさせるため
の心構えやくふうを学びま
しょう。

と き 10月22日（金）
午後2時～3時30分
と ころ 小平健成苑多目的
ホール

費 用 無料

定 員 25人

講 師 片柳憲子さん（多
摩小平保健所保健師）

申 込 み 小平市地域包括支
援センター小平健成苑へ
（電話可） ☎042（451）
8813

10月から

休日応急診療は
健康センター内に
変わります

※準夜間（午後7時30分～
10時30分（受付は午後10時
15分まで）の応急診療も応
急診療所で実施しています
（年中無休）。
※歯科は、従来どおり市内
医療機関が当番制で実施し
ます。

※イベントなどで臨時に診
療場所が変更となる場合
は、市報などでお知らせし
ます。

問 合 せ 健康センター ☎042
（346）3700

東 京 都

看護職員地域就業
支援病院の研修

東京都から委託を受けた
病院が行う研修です。

と き 11月8日（月）～
16日（火） 午前9時30分

職 種 ・ 採 用 人 員 診療放射
線技師、2人程度

公 立 昭 和 病 院

職 員 を 募 集

平成23年1月1日以降採
用予定の職員を募集しま
す。

問 合 せ 公立昭和病院総務
課人事係 ☎042（461）
0052内線2248

～午後4時

と ころ 南台病院（小川町
1-485）

費 用 無料

対 象 看護師、准看護
師、保健師、助産師の免許
を有し、近い将来就業を考
えている方

定 員 10人

内 容 採血や注射などの
演習、病棟体験や就業相談
ほか

申 込 み 10月28日（木）まで
に、電話で、南台病院看護
部へ ☎042（341）7111

提出書類 申込書（指定様
式）、免許証の写し
選考案内、申込書などの配
布 問合せ先で配布

※ホームページ（http://
www.kouritu-showa.
jp）からダウンロードでき
ます。

応 募 資 格 昭和59年1月2
日以降に生まれ、診療放射
線技師免許を有する方

試験日 筆記試験：10月23
日（土） 午前9時から

提出書類 申込書（指定様
式）、免許証の写し

選考案内、申込書などの配
布 問合せ先で配布

※ホームページ（http://
www.kouritu-showa.
jp）からダウンロードでき
ます。

申 込 み 提出書類を、問合
せ先へ

▽持参：10月4日（月）か
ら15日（金）までに、直接
持参（代理人可）

▽送付：10月13日（水）ま
で（消印有効）に、簡易書
留で送付

問 合 せ 公立昭和病院総務
課人事係 ☎042（461）
0052内線2248