



健康診査

生活習慣病の予防・早期発見 受け忘れていませんか

40歳から74歳までの小平市の国民健康保険に加入している方
6月下旬に書類を送りました。紛失した場合は再交付しますので、お問い合わせください。4月2日以降に小平市の国民健康保険に加入された方には書類を送っていませんので、受診を希望する場合はお問い合わせください。

※職場の健康保険組合などに加入の方や被扶養者はご加入の健康保険組合などへお問い合わせください(市の特定健診は受診不可)。
とき 10月31日(火)まで
ところ 指定医療機関
問合せ 保険年金課 ☎042(346)9529
とき 平成30年2月28日(水)まで

10月から有効な国民健康保険被保険者証を発送

現在お使いの国民健康保険被保険者証(保険証)の有効期限は9月30日です。10月1日から有効な保険証は、9月下旬に簡易書留郵便で世帯主宛てに加入者全員分をまとめて発送します。
保険証の色は、一般被保険者証が濃クリーム色(更新前つぐいす色)、退職被保険者証が空色(更新前藤色)です。

簡易書留郵便による交付

窓口での交付を希望する方は、事前にお申し込みください。
郵便局の配達員が直接保険証を手渡しする交付方法です。受け取りの際には受領印が必要です。

◆窓口での交付
とき 9月19日(火)～28日(木)
ところ 保険年金課(市役所1階)

指定医療機関
申込み 平成30年2月16日(金)まで(消印有効)に、はがきに「25歳から39歳までの方の健康診査」と明記し、住所、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、電話番号を記入のうえ、問合せ先へ(電話不可)

健康センター、東部・西部出張所、動く市役所に置いてある申込用紙または東京電子自治体共同運営サービスのホームページからも申し込み可能です(携帯電話からは紙面欄外のQRコードを読み取ってアクセス)。
問合せ 健康センター(〒187-0004) 3 学園東町一丁目19番12号 ☎042(346)3700

40歳以上の方 胸部(肺がん・結核)健診

日程 右下表のとおり
対象 40歳以上(昭和53年3月31日以前生まれ)で市内在住の方
受診できない方 ▼職場などで受診する機会がある

対象 世帯主または世帯員(加入者全員の受け取り)
持ち物 現在の保険証、本人確認書類(運転免許証、パスポート、写真付き住民基本台帳カードなど)
申込み 9月8日(金)までに、電話で問合せ先へ
問合せ 保険年金課 ☎042(346)9529

こたて健体操と足指力測定教室

とき 9月26日(火) 午後2時～3時30分 1時30分受付
ところ 小川西町公民館
対象 市内在住の方
内容 こた健体操、こた健ゆっくり体操、こた健イス体操、握力・足指力測定ほか
持ち物 健康手帳・参加カード(お持ちの方)、飲み物、フェイスタオル
申込み 当日、会場へ
問合せ 健康センター ☎042(346)3701

成人健康教室・相談などの日程

日程	内容・持ち物	定員・申込みほか
9月19日(火) 午前の指定する時間	内容…健康診断や人間ドックの結果を基にした、主に生活習慣病予防に関する個別相談 持ち物…直近の健診や人間ドックの結果、健康手帳、参加カード(お持ちの方)	定員…3人 事前に問合せ先へ(先着順)
9月25日(月) 午後の指定する時間		定員…3人 事前に問合せ先へ(先着順)
9月26日(火) 午後の指定する時間 小川西町公民館		定員…8人 事前に問合せ先へ(先着順)

※日程欄に記載のない会場は健康センター、対象は市内在住の方です。車での来場はご遠慮ください。

乳幼児健診・相談などの日程

日程	対象	持ち物	定員・申込みほか
9月20日(水) ステップ1…午後1時30分から ステップ2…午後2時30分から ステップ3…午前9時45分から ステップ4…午前10時45分から	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
9月29日(金) 午前10時～正午 受付…午前9時45分から	ステップ2・3に該当する乳幼児と保護者(下記参照)	エプロン、三角巾、母子健康手帳、おんぶひも(赤ちゃんに参加する方)、ふだん使用しているスプーン(食べ方の相談のある方)	定員…各15組 事前に、問合せ先へ ※参加は各1回まで。
3～4か月児・1歳6か月児・3歳児健康診査、5歳児歯科健診、BCG集団予防接種などの案内は個別に送付しています。転入などで届いていない場合や受けていない場合はお問い合わせください。			

※会場は健康センター。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…9～11か月児、ステップ4…1歳～1歳6か月児。

胸部(肺がん・結核)健診日程	午前9時30分～11時30分	午後2時～3時30分
9月20日(水)	西部市民センター(小川西町公民館)	花小金井北地域センター
9月21日(木)	大沼公民館	健康センター
9月25日(月)	上宿公民館	上水南公民館
9月26日(火)	津田公民館	鈴木地域センター
9月28日(木)	東部市民センター	健康センター
9月29日(金)		
9月30日(土)		

▽夏期の胸部健診を受けた
▽妊娠中または妊娠している可能性がある
※肺がん健診では、問診により、かたん細胞診検査(50歳以上で1日の喫煙本数×喫煙年数の数値が6百以上の方)を行う場合があります。
※かたん細胞診検査のみを行うことはできません。

骨粗しょう症検診

とき 10月28日(土)・30日(月) 午前9時～午後4時
ところ 健康センター
対象 右下表に該当する女性
※妊娠中の方は受診できません。
※8月の骨粗しょう症検診を受診した方は申込みできません。
定員 各百60人

※ラメ模様、金属やプラスチックのボタンなどのない肌着を着用して来てください。
※健診の結果が要精密検査となった方は、後日複十字病院(清瀬市)で2次検査(胸部X線直接撮影)を受診していただきます。
※受診後、約1か月半後に結果を知ります。
持ち物 健康手帳(お持ちの方)
申込み 当日、会場へ
問合せ 健康センター ☎042(346)3700

骨粗しょう症検診対象者(女性のみ)	
生年月日(年度末年齢)	
昭和52年4月1日～昭和53年3月31日	生まれ(40歳)
昭和47年4月1日～昭和48年3月31日	生まれ(45歳)
昭和42年4月1日～昭和43年3月31日	生まれ(50歳)
昭和37年4月1日～昭和38年3月31日	生まれ(55歳)
昭和32年4月1日～昭和33年3月31日	生まれ(60歳)
昭和27年4月1日～昭和28年3月31日	生まれ(65歳)
昭和22年4月1日～昭和23年3月31日	生まれ(70歳)

休日応急診療・準夜応急診療(内科・小児科)

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	小平市医師会応急診療所	042(346)3706(左記診療時間内)
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)	学園東町1-19-12(健康センター内)	

※応急診療所の診療科目は内科と小児科です。健康保険証、各種医療費受給者証を忘れずにお持ちください。

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
9月10日(日)	岡田 歯科 医院	小川町2-1862-11 岡田ビル1階	042(345)0645
9月17日(日)	三浦 歯科 医院	小川町2-1346-21	042(347)0150
9月18日(月・祝)	あらき 歯科 医院	学園東町2-4-19 ホームズツツ橋101	042(343)8211

※車でお越しの際は、必ず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。

東京都による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、プッシュ回線から) 042(521)2323(ダイヤル回線から)	救急車を呼ぶべきか迷った場合の相談・24時間
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
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

病児・病後児保育

市からの委託により、病気のけが、またはその回復期にあるお子さんを一時的にお預かりして保育を行っています(右下表参照)。
※利用には事前登録が必要です。詳しくは、各保育室にお問い合わせください。

施設名	たんぼぼ病児保育室(ちあきこどもクリニック併設)	病児・病後児保育室あいびー(公立昭和病院の職員用保育室併設)
とき	月曜日～土曜日(木曜日、祝日、年末年始を除く) 午前8時30分～午後6時30分	月曜日～金曜日(祝日、年末年始を除く) 午前8時～午後6時
ところ	栄町2-10-6	花小金井5-1-4
費用	1日3,000円、半日(5時間以内)1,500円ほか	
対象	生後6か月～小学校就学前の病気やけが、またはその回復期のお子さん	市内在住の生後6か月～小学校就学前の病気やけが、またはその回復期のお子さん
定員	6人	4人
電話番号	042(312)3326	042(463)5303

※市内在住の生活保護受給世帯・市民税非課税世帯には免除制度があります。