



申込み制 胸部(肺がん・結核) 健診

日程 下表のとおり
対象 40歳以上(昭和57年3月31日以前生まれ)で市内在住の方
受診できない方 ▽妊娠中または妊娠している可能性がある
 ▽職場などで受診する機会がある
 ▽肺がん検診の精密検査を受けて治療中または経過観察中(精密検査対象で未受診の方を含む)
 ▽肺の病気で、現在治療中または経過観察中

秋期胸部(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 (終日同一会場の日は午後1時30分~3時30分)
9月28日(火)	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
10月1日(金)	大沼公民館	健康センター
10月2日(土)	健康センター	東部市民センター
10月4日(月)	東部市民センター	健康センター
10月6日(水)	健康センター	津田公民館
10月7日(木)	津田公民館	鈴木地域センター
10月14日(木)	上宿公民館	上水南公民館
10月15日(金)	健康センター	健康センター

※時間指定はできません。会場ごとの受診者数に限りがあるため、希望通りにならない場合があります。

胸部(肺がん・結核)健診申込み

- 氏名(ふりがな)
- 性別
- 生年月日 大正・昭和 年 月 日
- 住所
- 電話番号
- 希望する日にち・会場
 ・第1希望 日にち() 会場名()
 ・第2希望 日にち() 会場名()
 ※時間指定不可。

都営高齢者向け住宅 シルバーピア入居者募集

シルバーピアは、高齢者が安全で快適な日常生活を送れるように配慮された住宅です。
 市内に住む65歳以上の高齢者を対象に、都営住宅(シルバーピア)の入居者を募集します。

申込み多数の場合は、抽選で入居資格審査対象者を決定し、入居資格を審査します。

対象 次のすべてに該当する方
 ▽65歳以上で市内に3年以上継続して居住している
 ▽所得が2百56万8千円以下である
 ▽同居する親族がいない
 ▽住宅に困っている

※東京都が募集する都営住宅に応募した方も申し込みます。詳しくは、申込案内をご覧ください。

申込案内をダウンロードしてください。

シルバーピア募集一覧

所在地	区分	募集戸数	間取り	専用面積(m ²)	予定使用料(円)
大沼町7-1		2		32	15,300
小川西町2-29	単身用	1	和6,DK	32	15,300
花小金井4-21		1		35	17,600

※入居はいずれも令和4年4月以降の予定です。

生活サポーター 養成講座

受講後に、高齢者対象の介護予防・生活援助サービスを行う市内の事業所で働くことができます。

とき 9月6日(月)・8日(水)・13日(月)・16日(木) 午前10時~午後3時(16日は午後1時30分~3時) 全4回

ところ 福祉会館

内容 介護保険制度と福祉サービスの基礎知識、高齢者の特徴、高齢者に多い病気、家事援助の実際(買い物・料理・掃除・洗濯)、認知症サポーター養成講座ほか

対象 生活サポーターとして働く意欲がある方

定員 15人
申込み 8月5日(木)から、地域センターへ(電話可、先着順) ☎042(346)3701

こだ健体操教室

こだ健体操は、足・腰の筋力強化と、全身のバランス能力向上を目的とした体操です。教室では、こだ健体操またはこだ健イスタイル、ストレッチ、筋力トレーニングをします。

とき 9月7日(火) 午前10時~11時30分 9時45分受付

ところ 健康センター

対象 市内在住の方
 ※初めての方を優先します。

定員 こだ健体操8人、こだ健イスタイル8人

持ち物 参加カード(お持ちの方)、飲み物、フェイスタオル

※動きやすい服装と靴で参加してください。
申込み 8月5日(木)から、健康センターへ(電話可、先着順) ☎042(346)3701

医師による 物忘れ相談会

医師に物忘れの相談ができます。相談は、会場のテレビ会議システム(ズーム)で行います。

とき 9月14日(火) 午後0時45分以降の指定する時間

ところ 小川西町公民館ホール

対象 市内在住で、物忘れなどの症状があり、認知症が心配される方またはその家族

定員 3人
申込み 8月5日(木)から31日(火)までに、地域包括支援センター小川ホームへ(先着順) ☎042(347)6033

認知症本人交流会

認知症への不安な気持ちや率直な思いを、本人同士で安心して話し合える場所です。

不安などを言葉にして、気持ちを和らげませんか。
とき 9月9日(木) 午後1時30分~3時

共通

ところ 中央公民館学習室4

対象 市内在住で、認知症の症状(物忘れなど)がある方
 ※家族も一緒に参加できます。

定員 10人
申込み 地域包括支援センター中央センターへ(先着順) ☎042(345)0691

認知症家族介護講演会

認知症の本人への接し方や、介護者が自宅で行える介護の工夫などを、認知症ケアの専門家から学びます。

とき 9月4日(土) 午後1時30分~3時

◆知っておきたい認知症の症状と治療
 認知症の症状や治療法(最新の治療法も含む)を、精神科医師から学びます。

とき 9月18日(土) 午前10時30分~正午

ところ 中央公民館学習室4
定員 20人
申込み 8月5日(木)から、地域包括支援センター中央センターへ(先着順) ☎042(345)0691

認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、認知症の人やその家族を見守る応援者です。講座では、認知症を初めて学ぶ方向けに、接し方など基本知識を学びます。

とき 9月2日(木) 午後2時~3時30分

ところ 中央公民館学習室4
定員 20人
申込み 8月5日(木)から、地域包括支援センター中央センターへ(先着順) ☎042(345)0691

成人健康教室・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

とき	内容・持ち物	定員・申込みほか
8月23日(月) 午後の指定する時間	健康づくり相談(保健師・管理栄養士) 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、お薬手帳、参加カード(お持ちの方)	定員…4人 事前に問合せ先へ(先着順)

※会場は健康センター。対象は市内在住の方。車での来場はご遠慮ください。

乳幼児の教室・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

とき	対象	持ち物	定員・申込み
8月20日(金) 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 8月25日(水) ステップ1…午前9時45分から ステップ2…午前10時45分から	市内在住の方(ステップごとに対象が異なる(下記参照))	母子健康手帳	各回10組 8月5日(木)から、電話で問合せ先へ ※保護者の方は最少人数で来所してください。

※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。

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)	042(346)3706(左記診療時間内)

※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。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
8月8日(日・祝)	鈴木 歯科 医院	天神町2-3-32 福田ビル1階	042(345)0505
8月9日(月・振休)	よしはら 歯科 医院	小川東町5-7-6	042(313)6608
8月15日(日)	三浦 歯科 医院	小川町2-1346-21	042(347)0150

※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。

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