40歳以上の方 胸部（肺がん・結核）健診

日程　左表のとおり

対象　市内在住で40歳以上（昭和58年３月31日以前生まれ）の方

	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５日（月）	東部市民センター	
９月６日（火）	西部市民センター（小川西町公民館）	
９月７日（水）	健康センター	
９月８日（木）	津田公民館	鈴木地域センター
９月13日（火）	健康センター	
９月14日（水）	東部市民センター	
９月15日（木）	上宿公民館	上水南公民館
９月16日（金）	大沼公民館	花小金井北地域センター
９月17日（土）	健康センター	

※時間の指定はできません。

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

定員　２千５百人

内容　胸部Ｘ線デジタル撮影

※肺がん検診では、問診でかくたん細胞診検査（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）をする場合があります。

※かくたん細胞診検査のみはできません。

申込み　７月５日(火)から12日(火)まで（消印有効）に、はがきに必要事項（右下図参照）を記入のうえ、問合せ先へ（電話不可、先着順）

※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、または東京電子自治体共同運営サービスのホームページ（紙面欄外ＱＲコード）からも申し込めます。

※受診票は、８月中旬までに送付する予定です。申込み後、受診票が到着するまで、希望日の変更や受診日時の回答はできません。

※会場ごとに受診者数に限りがあるため、希望どおりにならない場合があります。

※車いすでお越しの方は、申込期間中に問合せ先へご連絡ください（ご希望に添えない場合があります）。

問合せ　健康センター（〒187－0043　学園東町一丁目19番12号）☎042（346）3700

胸部（肺がん・結核）健診申込み

1. 氏　　名（ふりがな）
2. 性　　別
3. 生年月日　大正・昭和　年　月　日
4. 住　　所　〒187－　小平市
5. 電話番号
6. 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（　　）

40歳以上の女性 乳がん検診（医療機関）

とき　８月下旬～令和５年２月28日（火）

ところ　①複十字病院（清瀬市）、②一橋病院（小平市）、③公立昭和病院（小平市）、④小金井つるかめクリニック（小金井市）、⑤桜町病院（小金井市）

※一橋病院は、検診に２日間かかります（マンモグラフィ撮影後、別の日の木曜日に視触診）。

※公立昭和病院は木曜日の午後のみ。

※桜町病院は火曜・水曜・金曜日の午後のみ。

費用　１千円（生活保護受給者は受診時に生活保護受給証明書を医療機関に提出すれば無料）

※国の指針で受診は２年に１回。

対象　市内在住で40歳以上（昭和58年３月31日以前生まれ）の女性

受診できない方　▽令和３年度に市の乳がん検診でマンモグラフィ検査を受診した▽精密検査を受けて治療中または経過観察中である▽申込み後に市外に転出した▽胸部外傷で治療中である▽妊娠中・授乳中である▽豊胸手術を受けた▽ペースメーカーや脳内チューブを装着している

※身体が不自由な方は、マンモグラフィ検査ができない場合があります。

定員　①３百人、②４百人、③70人、④百80人、⑤２百人

内容　問診、視診、触診、マンモグラフィ検査（乳房Ｘ線検査）

※国の指針で、40歳代の方は二方向、50歳以上の方は一方向の撮影。

申込み　７月５日（火）から13日（水）まで（消印有効）に、はがきに「乳がん検診申込み」と明記し、住所、氏名、生年月日、電話番号、希望医療機関名（第１～第３希望）を記入のうえ、問合せ先へ（電話不可、先着順）

※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、または東京電子自治体共同運営サービスのホームページ（紙面欄外ＱＲコード）からも申し込めます。

※検診票は、８月上旬ごろに発送する予定です。

問合せ　健康センター（〒187－0043　学園東町一丁目19番12号）☎042（346）3700

女性対象 骨粗しょう症検診

とき　９月２日（金）・３日（土）午前９時～午後４時

ところ　健康センター

対象　市内在住で左表に該当する女性

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57年４月１日～昭和58年３月31日生まれ（40歳）
昭和52年４月１日～昭和53年３月31日生まれ（45歳）
昭和47年４月１日～昭和48年３月31日生まれ（50歳）
昭和42年４月１日～昭和43年３月31日生まれ（55歳）
昭和37年４月１日～昭和38年３月31日生まれ（60歳）
昭和32年４月１日～昭和33年３月31日生まれ（65歳）
昭和27年４月１日～昭和28年３月31日生まれ（70歳）

※妊娠中の方、骨粗しょう症の診断を受けている方は受診できません。

定員　各百50人

内容　Ｘ線による骨密度測定

申込み　７月５日（火）から12日（火）まで（消印有効）に、はがきに必要事項（右図参照）を記入のうえ、問合せ先へ（電話不可、先着順）

※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、または東京電子自治体共同運営サービスのホームページ（紙面欄外ＱＲコード）からも申し込めます。

※受診票は８月上旬に発送する予定です。

問合せ　健康センター（〒187－0043　学園東町一丁目19番12号）☎042（346）3700

骨粗しょう症検診申込書

1. 住　所（〒187－　　）小平市
2. 氏　名（ふりがな）
3. 生年月日　昭和　年　月　日
4. 電話番号
5. 希望日（いずれかに○）
   ・あり→第１希望　月　日
   第２希望　月　日
   ・なし（いつでもよい）

※受付時間の指定はできません。

家族介護教室

◆高齢期の難聴と補聴器のはなし

高齢者との会話に苦労していませんか。高齢期になるとなぜ難聴になるのかを知り、補聴器などの利用のしかたや介護に生かす会話のこつを専門医から学びます。

とき　８月４日（木）午後２時～３時30分

ところ　中央公民館講座室１

対象　市内在住の方

定員　20人

申込み　７月５日（火）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、本人同士が安心して話し合える場所です。一人で抱えこまず、気持ちを話してみませんか。

とき　７月21日（木）午後１時30分～３時

ところ　中央公民館学習室１

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

高齢者向け スマートフォン体験会

スマートフォンをお使いでない方や操作に不慣れな方が、楽しみながらスマートフォンや各種アプリの活用を体験できます。

とき　①７月17日（日）、②７月29日（金）、③８月９日（火）

※各回、午前９時から正午まで、午後１時から４時まで。

ところ　①上宿公民館ホール、②仲町公民館ホール、③花小金井南公民館ホール

対象　都内在住の60歳以上で、スマートフォンをお持ちでないまたは使い慣れていない方

定員　各20人

主催　東京都デジタルサービス局戦略部

申込み　各開催日の一週間前までに、電話またはファクシミリでお住まいの市区町村、氏名（フリガナ）、年齢、性別、電話番号、ファクシミリ番号（お持ちの方）、希望日時・会場（①～③）、スマートフォン所持の有無を問合せ先へ（申込み多数の場合は抽選）

※受講の際に配慮が必要な方は、申込み時にお伝えください。

問合せ　スマートフォン普及啓発事業事務局☎03（5348）2735（平日の午前９時～午後５時）、FAX03（5348）2731

シルバー人材センター シルバーガイド

◆歴史的建造物で往時をしのび、都立小金井公園と周辺を散策する

江戸東京たてもの園（旧光華殿、自証院霊屋、高橋是清邸、三井八郎右衛門邸、古き下町風情が漂う建物など）、小金井公園、陣屋跡、真蔵院、玉川上水など約３キロメートルを歩きます。

とき　７月27日（水）雨天決行

集合　午前９時30分、江戸東京たてもの園正面入口前

※解散は午後１時ごろ、公園内。

費用　６百円

定員　15人

申込み　７月６日（水）から、小平市シルバー人材センターへ（電話・電子メール可、先着順）☎042（344）2120、✉kodaira@sjc.ne.jp

こだ健体操教室

運動不足を感じていませんか。家でも気軽にできるこだ健体操や筋トレで、足・腰の筋力アップや全身のバランス能力向上を目指しましょう。

とき　７月29日（金）午後２時～３時30分　１時40分受付

ところ　東部市民センター

対象　市内在住の方

定員　こだ健体操15人、こだ健イス体操10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　７月５日（火）から、健康センターへ（電話可、先着順）☎042（346）3701

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	学園東町１－19－12（健康センター内）	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）			

※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
７月10日（日）	中山歯科医院	学園東町３－４－２	042(347)4184
７月17日（日）	なかじま歯科医院	花小金井南町１－14－22－101	042(451)3561
７月18日（月・祝）	佐藤歯科クリニック	大沼町１－20－21	042(345)5966

※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