



高齢者対象 季節性インフルエンザ 予防接種

とき 10月1日(土)～令和5年1月31日(火)

ところ 指定医療機関(右表)

自己負担額 無料

※生活保護受給中の方は、生活保護受給証明書(原本)が必要です。

対象 市内在住で、①65歳以上の方、②心臓、腎臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障がいがあり、日常生活が極度に制限される60歳以上65歳未満の方(身体障害者手帳1級程度)

※いずれも年齢は接種日現在。

持ち物 健康保険証、身体障害者手帳の写し(②のみ)

※医師の予診の結果、予防接種ができない場合もあります。

※入院などのやむをえない事情により指定医療機関以外で予防接種を行う場合は、事前にお問い合わせください。

問合せ 健康推進課 ☎042(346)3700

Table with 3 columns: 指定医療機関名, 電話番号, 予約. Lists various medical facilities and their availability for the flu vaccine.

Table with 3 columns: 指定医療機関名, 電話番号, 予約. Lists various medical facilities and their availability for the flu vaccine.

Table with 3 columns: 指定医療機関名, 電話番号, 予約. Lists various medical facilities and their availability for the flu vaccine.

※1 かかりつけの方のみ。
※2 女性のみに。
※3 通院中の方のみ。
※受付時間は各医療機関にお問い合わせください。
※予約の要・不要は変更となる場合があります。
※東村山市、小金井市、国分寺市、清瀬市、国立市、昭島市、武蔵村山市、狛江市、東大和市、立川市、東久留米市、西東京市の指定医療機関でも接種できます(各市の指定医療機関は、健康推進課へお問い合わせください)。
※立川市、東久留米市、西東京市で接種を希望する方は、指定の予診票が必要となりますので、事前に健康推進課へ連絡してください。

問合せ 小平市シルバー人材センター
atara@sic.ne.jp

共通

先へ(電話・電子メール可、先着順)
申込み 10月3日(月)から、問合せ
費用 6百円
井 15人

内容 書道、絵画、水彩画、染色、
絵手紙教室
シルバークリニック
▽著名人が眠る多磨霊園から野川、
はけの道、小金井神社を巡る
多磨霊園、都立武蔵野公園、野川
遊歩道、はけの道、美術の森緑道、
小金井神社、金蔵院、黄金の水など
約6キロを歩きます。
とき 10月27日(木) 雨天決行
集合 午前9時30分 西武線多磨
駅改札口前
※解散は午後1時ごろ、JR武蔵小金
井駅。

シルバー人材センター
学習教室作品展
とき 10月4日(火)～9日(日)
午前10時～午後5時
※4日は正午から、9日は午後4時
まで。
ところ 中央公民館ふれあいギャラ
リー
内容 書道、絵画、水彩画、染色、
絵手紙教室
シルバークリニック
▽著名人が眠る多磨霊園から野川、
はけの道、小金井神社を巡る
多磨霊園、都立武蔵野公園、野川
遊歩道、はけの道、美術の森緑道、
小金井神社、金蔵院、黄金の水など
約6キロを歩きます。

10月31日(月)まで
特定健診の
受診を
40歳から74歳までの国民健康保険
に加入している方
6月に、対象者へ書類を送付しま
した。紛失した場合は再発行しま
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
保険に加入した方には、書類を送付
していません。受診を希望する方
は、お問い合わせください。
※書類が届いた方でも、妊娠婦、長
期入院中などの方は受診できませ
ん。

成人健康教室・相談などの日程

Table with 4 columns: 日程, 内容・持ち物, 定員・申込み. Lists dates and details for health classes and consultations.

※対象は市内在住の方。車での来場はご遠慮ください。

休日応急診療・準夜応急診療(内科・小児科)

Table with 5 columns: 日 程, 診療時間, 名称, 所在地, 電話番号. Lists emergency services on weekends and nights.

※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)

Table with 4 columns: 日 程, 医療機関名, 所在地, 電話番号. Lists emergency dental services on weekends.

※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

Table with 3 columns: 東京消防庁救急相談センター, 小平消防署病院・診療所案内, 東京都医療機関案内サービス(ひまわり). Lists emergency services in Tokyo.

職場の健康保険組合などに加入
している方は、市の特定健診を受診で
きません。加入している健康保険組
合などにお問い合わせください。
とき 10月31日(月)まで
ところ 指定医療機関
問合せ 保険年金課 ☎042(346)
9529

減塩チャレンジ
塩分計の貸し出し
塩分計を使って自分の味覚を知
り、減塩にチャレンジしてみませ
んか。

特定保健指導とは、健康診査(特
定健診や人間ドックなど)の結果、
メタボリックシンドロームおよび生
活習慣病のリスクが高い方に行われ
る、予防を目的とした特別な健康支
援プログラムです。
管理栄養士や保健師が面接を行
い、その方のライフスタイルに合わ
せた生活改善プランを一緒に考え支
援します。

