

健康づくり相談 医師による 相談会



健康づくりに関するアドバイスをします。

とき 3月9日(月)

午後1時15分～2時30分

※相談時間は、1人15分程度です。

ところ 健康センター

対象 市民で、健診や人間ドックの結果について相談したい方および医師に健康などについて相談したい方

定員 6人

問合せ 健康センター ☎042(346)3700

持ち物 筆記用具、最近受けた健診・人間ドックなどの検査結果、健康手帳
申込み 健康センターへ ☎042(346)3700

2月末まで
一般健康診査の受診はお早めに

今月は一般健康診査の最終月です。該当の方には、昨年7月に健康診査票などを送付しています。まだ、お済みでない方は、2月28日(土)までに受診してください。

※平成20年8月1日以降に市の一般健康診査を受診した方、25歳から39歳までの方、国民健康保険・職場の健康保険組合などの加入者および被扶養者は対象となりません。

助産所・都外医療機関での 妊婦健康診査の費用を助成

助産所や都外医療機関で妊婦健康診査を受診し、市の受診票を利用できないために自己負担をした方の費用を助成します(限度額があります)。

助成対象 平成20年10月1日(水)の受診分から

助成限度額 左表のとおり

健診内容	助成限度額
妊婦健康診査 1回目(※)	8,500円
妊婦健康診査 2～5回目	5,000円/回
超音波検査(※) (受診票交付者のみ)	5,300円

※印は助産所での受診は対象外です。

▽未使用の妊婦超音波検査受診票(お持ちの方のみ)
▽助産所や都外医療機関が発行した領収書
▽母子健康手帳の写し(妊婦健康診査などの受診記録が記入されている部分)
▽請求書
▽申請期間 出産日(または受診日)から1年間
申込み 問合せ先へ持参
問合せ 健康課庶務係(健

成人歯科健診の 受診はお早めに

平成20年度春期・秋期成人歯科健診に申込みをした方の健診期間は、2月28日(土)までです。まだ、お済みでない方は、早めに指定医療機関で受診してください。

問合せ 健康センター ☎042(346)3700

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(有料、生活保護受給世帯には減免制度があります)を行っています。

※継続して、3～4か月ごとに歯科健診を受けること

講 演 会

◆元気でおいしく食べるには
とき 2月26日(木)

往復はがき(往信用裏面)

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)。

康福祉事務センター1階 ☎042(346)9641

小平市ファミリー・サポート・センター

利用会員登録

ファミリー・サポート・センターでは、保育施設への送迎や、保護者の病気・外出時などに、子育ての手助けをしています。生

保護者が会員

利用会員登録説明会 日程

とき	ところ
2月7日(土)	中央公民館
2月12日(木)	小平元気村おがわ東
2月18日(水)	
2月25日(水)	
3月4日(水)	
3月10日(火)	中央公民館
3月14日(土)	
3月18日(水)	
3月26日(木)	小平元気村おがわ東

※各回とも内容は同じです。 ※すべて午前10時からです。

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
びよびよサロン(ふれあい)親子健康教室 2月16日(月) 午前10時～11時30分 受付…9時45分	第1子で生後2～3か月の乳児と母親	母子健康手帳、バスタオル	定員…30組(要予約)
はじめての離乳食 離乳食講習会 2月18日(水)・25日(水) 午後1時～2時50分	市内在住の方	母子健康手帳(相談希望者のみ)	当日、会場へ
もぐもぐ教室(離乳食講習会)調理実習 2月13日(金) 午前10時～正午 受付…9時45分	生後7～8か月・9～11か月の乳児と保護者	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)、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…30組(要予約)
パクパク教室(親子調理実習) 2月27日(金) 午前10時～正午 受付…9時45分	2歳～2歳6か月の幼児と保護者	親子ともにエプロン・三角きん(子どもは代用可)、母子健康手帳	定員…親子20組(要予約)
2歳児健診 2月27日(金)、3月13日(金) 受付…午後1時～1時15分	2歳～2歳2か月の幼児と保護者	母子健康手帳、歯ブラシ3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(右図参照)を記入のうえ、問合せ先へ送付 ※お断りする方には、連絡をします。連絡のない方は、当日、会場へ。
5歳児健診 2月20日(金)、3月13日(金) 受付…午後1時15分～3時	5歳～5歳2か月の幼児と保護者	母子健康手帳、歯ブラシ3本(仕上げ用・保護者用)、コップ	○月○日 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

6か月以上寝たきり、ま

寝たきり
高齢者などに
障害者控除が
適用されます

心身の機能維持・回復
疾病・負傷などにより、

心身の機能が低下している方に対し、理学療法士や看護師などが日常生活の自立を助けるため、起き上がりなどの基本動作や手芸などによる訓練を行います。

納税者本人、または被扶養者が認定を受けると、所得税・住民税の障害者控除が適用されます。

申請窓口 高齢者福祉課(健康福祉事務センター2階) ☎042(346)9642

あおぞら福祉センター ☎042(326)4980

午後2時～3時30分
ところ あおぞら福祉センター

費用 無料
内容 歯周病の予防とそ

休日応急診療医(内科・小児科)

(診療時間：午前9時～午後5時)
※印のある医療機関では、中学生以上の方を診療します。

日程	医療機関名	所在地	電話番号
2月8日(日)	宮村クリニック	学園西町2-13-37 カミデビル3階	042(342)5588
	渡辺内科医院	鈴木町1-258-2	042(342)3517
2月11日(水・祝)	八木メディカルクリニック	花小金井6-17-5	042(460)3861
	浮田医院	学園西町2-6-10	042(341)0348
2月15日(日)	岡循環器クリニック※	学園東町1-3-12	042(346)5188
	ちあきこどもクリニック	栄町2-10-6	042(349)2012

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
2月8日(日)	あかしあ歯科	学園東町2-13-16 昭和ビル2階	042(345)2336
2月11日(水・祝)	サニーコート小平ビル歯科医院	美園町1-16-2	042(346)6990
2月15日(日)	佐藤歯科医院	学園東町1-3-12	042(345)6648

準夜応急診療

※診療受付時間は午後10時15分までです。

日程	診療時間	科目	名称	所在地	電話番号
月曜～日曜日(祝日、年末年始を含む)	午後7時30分～10時30分	小・内	(株)小平市医師会 準夜応急診療所	学園東町1-19-12 (健康センター内)	042(346)3706

東京都実施の救急診療の問合せ

施設名	電話番号	案内
小平消防署 病院・診療所案内	042(341)0119	案内・24時間
夜間休日案内(ひまわり情報センター)	03(5272)0303	案内・24時間

心身の機能維持・回復

心身の機能が低下している方に対し、理学療法士や看護師などが日常生活の自立を助けるため、起き上がりなどの基本動作や手芸などによる訓練を行います。

納税者本人、または被扶養者が認定を受けると、所得税・住民税の障害者控除が適用されます。

申請窓口 高齢者福祉課(健康福祉事務センター2階) ☎042(346)9642

あおぞら福祉センター ☎042(326)4980

午後2時～3時30分
ところ あおぞら福祉センター

費用 無料
内容 歯周病の予防とそ

知的障がい者
ガイドヘルパー
養成研修受講者募集

知的障がい者の外出時の付き添いを行うガイドヘルパーを養成します。

知的障がい者
ガイドヘルパー
養成研修受講者募集

知的障がい者の外出時の付き添いを行うガイドヘルパーを養成します。

日程 2月21日(土) 午前9時～午後5時

▽実習：2月22日(日) 3月8日(日)のうち1日

ところ 福祉会館

費用 5千円(教材費ほか)

対象 小平市民へのサポートを行っている市内の事業所に登録をし、実際にサポートに従事できる方

定員 20人

主催 小平市

申込み 小平居宅事業者交流会・藤内 ☎042(308)3732