



ヒブワクチンと子宮頸がん予防ワクチン 2月から接種費用の助成内容を拡大

2月1日から、任意予防接種のインフルエンザ菌b型(ヒブ)ワクチンと子宮頸がん予防ワクチンの接種費用の市の助成額を増額しました。また、子宮頸がん予防ワクチンの助成対象に高校1年生相当の年齢の女子を加えました。

◆インフルエンザ菌b型(ヒブ)ワクチン
自己負担額 1回800円
※1人4回まで(接種開始時期により異なります)。

対象 市内に住民登録または外国人登録のある生徒2か月5歳未満の乳幼児
利用方法 ▽市内指定医療機関 母子健康手帳と①医療証を持参し、費用を支払

▽市外医療機関 いったん全額(助成前の金額)を支払い、平成24年3月31日(土)までに、所定の申請書(印鑑、振込先を記入)に母子健康手帳、領収書などを添えて、問合せ先へ

◆子宮頸がん予防ワクチン
自己負担額 1回1千500円
※1人3回まで。

対象 市内に住民登録または外国人登録のある中学生、高校1年生相当の年齢の女子
利用方法 ▽市内指定医療機関 母子健康手帳、健康保険証、子宮頸がんワクチン予防接種記録票を持参

幼児歯科 健診・相談

年間を通して、歯科健診、歯磨き指導、予防処置(予防処置のみ有料、生活保護受給世帯には減免制度あり)を行っています。

申込み後は、継続して3・4か月ごとに歯科健診を受けることができます。

とき 火曜
日(午後、木曜日(午前))
ところ 健康センター1歳

対象 1歳
未満のお子さま
担当 歯科

往復はがき(往信用裏面)

幼児歯科健診・相談 申込み
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。

計測相談会

とき 3月4日(金)、4月12日(火) 午後1時30分

医師、歯科衛生士
申込み 往復はがきに必要事項(下図参照)を記入のうえ、問合せ先へ
※返信用はがきで、健診日をお知らせします。

問合せ 健康センター(〒187-0043 学園東町一丁目19番12号) ☎042(346)3701

し、費用を支払う
▽市外医療機関 いったん全額(助成前の金額)を支払い、平成24年3月31日(土)までに、所定の申請書(印鑑、振込先を記入)に母子健康手帳、領収書などを添えて、問合せ先へ

※市外医療機関で接種する場合は、金額が異なることがあります。

※市内指定医療機関で接種する場合、生活保護受給者は無料(生活保護受給証明書が必要)。

※平成22年11月26日から平成23年1月31日までに接種した場合、差額分を助成します。助成の手続きは、市外医療機関で接種した場合と同じ方法になります。

※子宮頸がん予防ワクチン接種記録票はすでに送付済

共通

み(中学生10月、高校1年生相当1月)ですが、紛失した方や転入した方はご連絡ください。

問合せ 健康センター ☎042(346)3700

健康づくり ビギナーズ

◆ウォーキングとヘルシーメニューで高脂質を予防しよう

日程 下表のとおり
ところ 健康センター
費用 無料

対象 64歳以下の方
定員 30人
担当 保健師、健康運動指導士、管理栄養士、看護師

※運動前の体調チェックの結果、運動実技を見学して

健康づくりビギナーコース 日程

とき	主な内容・テーマ	持ち物
2月21日(月)	保健講話(脂質異常症について)、運動実技(エクササイズウォーキングについて学ぼう)	健康手帳、筆記用具、水分補給用飲料、フェイスタオル、ビギナーカード(お持ちの方)
3月8日(火)	栄養講話(脂質異常症を予防する食事のくふう)、調理実習	健康手帳、筆記用具、エプロン、三角きん、ビギナーカード(お持ちの方)

※いずれも午前9時30分から正午まで(受付は午前9時20分から)。

女性の健康週間

女性のための健康づくり教室

とき 3月1日(火)
午前9時45分~正午 午前9時30分受付

ところ 健康センター
費用 無料

対象 市内在住の女性
定員 30人

※保育6人あります(3歳から就学前まで、問合せ先へ要申込み、先着順)。

内容 保健師による健康づくりミニ講話、健康運動指導士による日ごろのこりをほぐすストレッチ体操

担当 保健師、看護師、健康運動指導士

持ち物 健康手帳(お持ちの方)、筆記用具、水分補給

ふれあい食体験

ここにクッキング

とき 2月26日(土)
午前10時~午後1時

ところ 健康センター
費用 無料

対象 市内在住の4歳児クラス(年中組)から就学前の幼児と保護者(昨年の6月に参加した方を除く)

定員 18組
内容 講話、調理実習、個別相談

担当 健康課・保育課 養士・保育士ほか

介護予防講座

◆今日からできる介護予防運動、栄養、口腔の介護を学びます。

とき 3月3日・10日の木曜日 午後2時~3時30分

ところ 小平地域センター
費用 無料

対象 市内在住の65歳以上の方
定員 30人

講師 西宏子さん(健康運動指導士)、遠藤信子さん(管理栄養士)ほか

養成講座

とき 2月24日(木)
午後2時~3時30分

ところ 小平地域包括支援センター(小平健康成苑) 木町2-230-3

費用 無料

定員 25人

講師 小平地域包括支援センター(小平健康成苑)職員
申込み 小平地域包括支援センター(小平健康成苑) ☎042(451)8813

乳幼児健診・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

日程	対象	持ち物	定員・申込みほか
2月16日(水) ステップ1...午後1時30分から、2時30分から ステップ2...午後2時から、3時から ステップ3...午前10時から ステップ4...午前10時20分から ※ステップごとに各回同じ内容です。	市内在住で、おむね5か月~1歳6か月児 (ステップごとに対象が異なります。下記参照)	母子健康手帳	当日、会場へ
2月18日(金) 午前10時~正午 受付...9時45分から	ステップ2・3に当てはまる乳幼児と保護者(下記参照)	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のみ)、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...各15組(要予約) ※参加は各1回まで。
3月11日(金) 午前10時~正午 受付...9時45分から	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(子どもは代用で可)、母子健康手帳	定員...親子20組(要予約)
2月18日(金) 受付...午後1時~1時15分	2歳~2歳2か月児と保護者	母子健康手帳、歯ブラシ2本(仕上げ用・保護者用)、コップ	定員...各30組(先着順) はがきに必要事項(下図参照)を記入のうえ、問合せ先へ送付 ※定員に達した場合は、こちらから連絡をします。
2月25日(金) 受付...午後1時15分~3時	5歳~5歳2か月児と保護者	母子健康手帳、歯ブラシ3本(仕上げ用・保護者用・子ども用)、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

※会場は健康センターです。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

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	(社)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
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)			

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6日(日)	大塚 歯科 医院	学園東町2-6-21	042(344)1308
2月11日(金・祝)	つるた 歯科 医院	花小金井2-31-15 サンライズ21 103号	042(466)6088
2月13日(日)	羽山 歯科 クリニック	鈴木町2-150 須崎ビル1階	042(467)8114
2月20日(日)	ほんま 歯科 医院	鈴木町1-462-3 Fビル1階	042(320)8241

東京都実施の救急診療の問合せ

施設名	問合せ先	時間
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)	案内・24時間
小平消防署 病院・診療所案内	042(341)0119	案内・24時間