

平成19年度 春期

成人歯科健診申込み

定員が大幅に増えました

成人歯科健診 申込書

- 氏名 (ふりがな)
- 性別 男・女
- 生年月日 明・大・昭 年 月 日 (満 歳)
- 住所 (〒187- 小平市)
- 電話番号 () -

※健康センター、健康福祉事務センター1階、東部・西部出張所、動く市役所に置いてある申込用紙でも申込みができます。

方)で、市内に住居登録または外国人登録のある方
 ※申込み後、受診日に市外へ転出している方は受診できません。
 定員 1千5百人
 内容 問診、歯の検査・指導、歯周病検査
 申込み 4月3日(火)まで(必着)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、定員になりしだい締

とき 6月1日(金)～平成20年2月29日(金)
 ところ 市内指定医療機関
 費用 無料
 対象 40歳以上(昭和43年3月31日以前に生まれた

※秋の成人歯科健診は、市報8月5日号で、5百人(抽選方式)を募集する予定です。
 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

ヘルスアップセミナー 肥満・高脂血症予防コース

一人では行うのが難しい生活習慣改善に、仲間とともに取り組み、検査値改善を目指しましょう。
 日程 下表のとおり
 ところ 健康センター
 費用 無料
 対象 次の①～③すべてを満たす方
 ①平成18年9月以降の健診結果で、高脂血症、肥満、体脂肪が軽度異常だった方で、全日程参加できる方
 ②運動制限のない方
 ③64歳以下の方
 ※健診結果が要医療だった方は、受診して、今後の対応や運動制限の有無などについてご確認のうえ、申し込んでください。
 ※平成18年度に参加した方はご遠慮ください。
 定員 20人
 講師 管理栄養士、健康

ヘルスアップセミナー 日程

と き	内 容
4月24日(火)午後1時30分～4時	保健と栄養の話、個別相談
5月1日(火)午後1時30分～4時	目標を考えよう(グループワーク)、運動の話と実技
5月8日(火)午後1時30分～4時	個別相談(保健・栄養・歯科・運動)
5月22日(火)午前9時30分～正午	保健と栄養の話、調理実習
6月26日(火)午後1時30分～4時	保健の話、運動実技、グループワーク
7月17日(火)午後1時30分～4時	運動実技、振り返り(グループワーク)
9月25日(火)午後2時～4時	交流会、相談会(予定)

健康づくり ビギナーコース

◆ストレッチと呼吸法でリラックスしよう
 年間11コースで、1コースから参加できます。
 とき 4月16日(月)午前9時45分～正午
 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
 内容 運動前の体調チェック、運動実技、保健師ミニ講座「高血圧予防について」
 担当 健康運動指導士、管理栄養士、保健師ほか

福祉タクシー利用券の配布

福祉タクシー利用料金の補助を受けている方に、平成19年度分の利用券を配布します。
 利用券は4月1日から、空色に変わります。
 ※平成18年度分の利用券(オレンジ色)は、4月1日以降は使用できなくなりま

ガソリン費の補助請求を

月50円を限度として、1回につきガソリン税額相当分54円を補助します。
 請求方法 4月2日(月)から10日(火)までに、1月～3月分の領収書と印鑑、決定通知書兼受給者カードを持参のうえ、障害者福祉課(健康福祉事務センター1階、東部・西部出張所、高齢者福祉課医療係(市役所1階))へ
 ※4月1日から、東京交通、飛鳥交通第三、大和自動車交通、龍生自動車の4社が新たに利用できるようになります。利用の際は、利用券の裏面に記載のある持ち物(健康手帳、筆記用具、水分補給用飲料、フェイスタオル)※運動のできる服装と靴で参加してください。
 ※運動前の体調チェックの結果、運動実技を見学していただく場合もあります。
 申込み 健康センターへ ☎042(346)3700

4月1日から 高齢者相談窓口が一部変更

これまで、高齢者相談窓口として業務を行っていたコムスン喜平橋在宅介護支援センターは、3月31日をもって業務を終了します。
 今後、新たな高齢者相談窓口を開設する予定です。が、当分の間、上水南町、喜平町、学園東町、仲町、美園町、大沼町にお住まいの方の高齢者相談窓口は、地域包括支援センター多摩渚生ケアセンター(美園町3-12-1 ☎042(349)2123)をご利用ください。
 問合せ 介護福祉課 ☎042(346)9539

献血にご協力を

とき 3月28日(水)午前10時～11時45分、午後
 未熟児などの健康相談
 カンガルー相談会
 赤ちゃんが小さく生まれた、双子でたいへん、お母さんの体調が心配、などの相談に応じます。
 とき 4月10日(火)午前9時45分～11時、午後1時30分～3時30分
 ところ 健康センター
 対象 1歳ぐらまでの乳児と保護者
 定員 午前・午後各8組
 内容 保健師・助産師による健康相談、体重測定
 持ち物 母子健康手帳
 申込み 健康センターへ ☎042(346)3700



親子の健康相談

たんぼぼ広場
 お子さんの発育、育児など、保健師、管理栄養士、歯科衛生士が相談に応じます。保育士による親子遊びの紹介もしています。
 とき 4月4日(水)午後9時30分～10時30分
 申込み 当日、会場へ
 問合せ 健康センター ☎042(346)3700

休日応急診療医(内科・小児科)

※(内)とある医療機関では、中学生以上の方を診療します。

日 程	診療時間	医療機関名	所在地	電話番号
3月21日(水・祝)	午前9時～午後5時	岡部こどもクリニック	小川町1-512-12	042(349)1152
	午後5時～10時	山之内整形外科	仲町241-16	042(341)0451
3月25日(日)	午前9時～午後5時	しみず内科循環器クリニック	花小金井南町1-26-35 アクティオス1階	042(450)5288
	午後5時～10時	三田 医 院	小川西町3-11-1	042(341)0653
4月1日(日)	午前9時～午後5時	きくしま内科クリニック	学園西町3-25-17	042(341)0654
	午後7時30分～10時30分	浦野 内 科 医 院	小川東町1-30-9 マルメゾンビル2階	042(343)1322
3月21日(水・祝)	午前9時～午後5時	三浦 歯 科 医 院	小川町2-1337-1 第1サンローズ1階	042(347)0150
		吉田 歯 科 医 院	仲町234 ヴァンペール96 1階	042(343)3962
4月1日(日)		広野 歯 科 医 院	鈴木町2-205	042(462)6213

休日歯科応急診療医

日 程	診療時間	医療機関名	所在地	電話番号
3月21日(水・祝)	午前9時～午後5時	三浦 歯 科 医 院	小川町2-1337-1 第1サンローズ1階	042(347)0150
3月25日(日)		吉田 歯 科 医 院	仲町234 ヴァンペール96 1階	042(343)3962
4月1日(日)		広野 歯 科 医 院	鈴木町2-205	042(462)6213

平日準夜応急診療

※診療受付時間は午後10時15分までです。
 ※診療所の名称と日程などが、4月1日(日)から変わります(1面参照)。

日 程	診療時間	と ころ	科 目	所 在 地	電 話 番 号
月曜～土曜日(祝日、年末年始を除く)	午後7時30分～10時30分	小 平 市 医 師 会	小・内	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

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



1時～3時30分
 ところ 市役所1階ロビー
 対象 16歳～69歳の方(65歳以上の方は、60歳以降に献血経験のある方)
 ※欧州への渡航・滞在歴により、献血をご遠慮いただく場合もありますので、詳しくはお問い合わせください。
 ※献血手帳をお持ちの方は、持参してください。
 主催 小平市献血推進協

乳幼児健康診査 日程

健診名	対 象	健診日	持ち物
3～4か月児健康診査	平成18年12月生	4月11日(水)	●母子健康手帳 ●健康保険証、印鑑 ●アンケート用紙(2種類)
	平成19年1月生	4月25日(水)	
		5月9日(水)	
1歳6か月児健康診査	平成17年9月生	4月5日(木)	●母子健康手帳 ●健康保険証、印鑑 ●アンケート用紙 ●歯ブラシとコップ
	平成17年10月生	4月19日(木)	
		5月17日(木)	
3歳健康診査	平成16年3月生	4月12日(木)	●母子健康手帳 ●健康保険証、印鑑 ●アンケート用紙(2種類) ●子どもの尿 ●歯ブラシとコップ
	平成16年4月生	4月26日(木)	
		5月10日(木)	
		5月24日(木)	

乳幼児健康診査

日程 左表のとおり
 問合せ 健康センター ☎042(346)3700

費用 無料
 申込み 当日、会場へ
 問合せ 健康センター ☎042(346)3700

※対象のお子さんには、健診日の前月20日前後に通知します。