



成人健康教室・相談などの日程

内容 持ち物

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

Table with 5 columns: 教室・相談名, とき, 対象, 内容・持ち物, 定員・申込みほか. Includes '計測相談会', '栄養・運動教室', and '男の健康3日間教室'.

※会場は健康センター、費用は無料です。車での来場はご遠慮ください。

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

Table with 5 columns: 日程, 対象, 持ち物, 定員・申込みほか. Includes 'ステップアップ離乳食' and 'かむかむ教室'.

※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 (内科・小児科)

※いずれも診療所は変更になる場合があります。
問合せは042(346)3706へ。小平市ホームページ、携帯電話でもご覧いただけます。

Table with 6 columns: 日程, 診療時間, 名称, 所在地, 電話番号. Lists emergency services on weekends and nights.

休日歯科応急診療医 (診療時間：午前9時～午後5時)

Table with 5 columns: 日程, 医療機関名, 所在地, 電話番号. Lists dental emergency services on weekends.

※車でお越しの際は、必ずお問い合わせください。

東京都による救急診療などの相談・案内

Table with 3 columns: 相談先, 電話番号, 内容. Lists emergency services and consultation centers in Tokyo.

乳がん検診

平成25年度

健康センター(検診車)で実施する乳がん検診です。
とき 表1のとおり
ところ 健康センター

表1 乳がん検診 日程

Table with 2 columns: 7月, 8月. Lists specific dates for breast cancer screening.

※検診時間は午前9時から午後4時まで(予定)。
※日程決定後の変更はできない場合があります。
※定員がありますので、第三希望まで記入してください。

表2 無料クーポン券対象者

Table with 2 columns: 昭和/平成/令和, 誕生日. Lists birth dates for free coupon eligibility.

Application form for breast cancer screening with fields for name, address, phone, and birth date.

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提出すれば無料)
対象 市内に住所を有する40歳以上の女性(昭和49年3月31日以前生まれの方)
定員 各50人

※4月20日号の市報で、指定医療機関での乳がん検診を申し込んだ方、平成24年度に小平市の乳がん検診で乳房X線検査を受診した方、妊娠中、授乳中の方は申込みできません。
※以前に精密検査を受けて医療機関で治療中または経過観察中の方、申込み後に市外に転出された方は受診できません。
※表2の対象者には、6月下旬に乳がん検診無料クーポン券を送付します。

問合せ 健康センター(〒187-0006)3701
申し込み 健康センターへ ☎042(346)3701

43 学園東町一丁目19番12号 ☎042(346)3700
ハローベビークラス(両親教室)
◆るるんクッキングの日
簡単に楽しい妊婦中の食事を一緒に楽しく作ります。離乳食のポイントも学びます。

お父さんのための運動教室
◆親子で参加して、お母さんに休日をお父さんを中心とした筋トレ、有酸素運動を行います。
とき 6月8日(土) 午前9時～10時
ところ 健康センター

患者の声相談窓口 (電話相談)
安心して医療にかかるための対応方法を一緒に考えます。
◆診療所などの相談
多摩小平保健所医療安全支援センター「患者の声相談窓口」 ☎042(450)3222

家族支援会
認識症などの高齢者を介護するうえで、同じ立場や経験した方との話を通して、思いや悩みを共有し、心の励みになるような場を提供することで、家族を支援します。
とき 5月29日(水) 午後2時～3時30分
ところ 小平市地域包括支援センター1多摩済生ケアセンター2階

7か月までの妊婦と家族
◆保育10人あります(2歳以上(2歳未満は要相談)、先着順)。
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いただく場合があります。

持ち物 健康手帳(お持ちの方)、水分補給用飲料、フェイスタオル、筆記用具
◆病院の相談
東京都医療安全支援センター「患者の声相談窓口」 ☎03(5320)4435(保健所開庁日の午前9時～11時)

◆多摩小平保健所医療安全支援センター「患者の声相談窓口」 ☎042(450)3222
申し込み 小平市地域包括支援センター1多摩済生ケアセンター1へ(先着順) ☎042(349)2123

申し込み 健康センターへ ☎042(346)3701
費用 無料
対象 市内在住の20歳から50歳代の男性(小学生以上のお子さんご参加可)