



# 平成25年度 秋期 消化器がん検診



日程 下表のとおり  
ところ 健康センター1

対象 35歳以上(昭和54年3月31日以前に生まれた方)で市内在住の方

費用 無料

内容 X線撮影  
受診できない方 V春期(4月以降)の胃がん検診を受診した  
V職場などで受診する機会がある  
V妊娠中または妊娠している可能性がある

胃がん検診の精密検査を受けて、治療中または経過観察中(精密検査対象者で未受診の方も含む)  
V胃、十二指腸を治療中、経過観察中または手術をしたことがある  
V過去に腸閉塞を起こしたことがある

胃がん検診の精密検査を受けて、治療中または経過観察中(精密検査対象者で未受診の方も含む)  
V胃、十二指腸を治療中、経過観察中または手術をしたことがある  
V過去に腸閉塞を起こしたことがある

## 介護予防見守りボランティアを募集

介護予防見守りボランティアは、ボランティアが、近所できりげない見守りを行い、一人暮らしなどの高齢者の安心した生活を支援します。

とき	ところ	対象	定員
9月2日(月)	やすらぎの園 黎明ホール	栄町1~3丁目、中島町、小川町1丁目、たかの台、津田町1丁目、上水新町1~3丁目、上水本町1丁目にお住まいの65歳以上の方	80人
9月9日(月)	けやきの郷 家族介護教室	同上	30人
9月10日(火)・19日(木)	小平健康苑 多目的ホール	回田町、御幸町、鈴木町1・2丁目、天神町1・2丁目、花小金井南町1~3丁目、花小金井1~8丁目(花小金井8丁目2~10番を除く)、大沼町5丁目19番にお住まいの65歳以上の方	各35人

※いずれも午後1時30分から午後4時まで。費用は無料です。  
※内容は、1日目は地域の中で高齢者を見守ること、2日目は認知症サポーター養成講座、高齢期のからだの変化についてです。

## 秋期消化器がん検診 日程

検診日(男性・女性)	検診日(女性のみ)
10月 3日(木)・4日(金)・7日(月)・10日(木)・24日(木)	8日(火)・28日(月)
11月 5日(火)・7日(木)・11日(月)・13日(水)・16日(土)・19日(火)・20日(水)・22日(金)・25日(月)	6日(水)・15日(金)・21日(木)・26日(火)
12月 5日(木)・7日(土)・9日(月)・11日(水)・13日(金)・17日(火)	6日(金)・12日(木)

V肺の手術(肺切除、胸郭形成術など)をした  
V介助が必要(自分の力で立ってられない、両手で体重を支えられない、寝返りに時間がかかるなど)  
V肺炎を起こしやすい、飲み込む力が弱まっている  
V透析をしている  
V過去にバリウムを服用し、アレルギーを起こしたことがある  
V体重が百30kg以上ある  
※当日の問診の結果、受診をお断りする場合があります。

登録に必要な講座を実施しますので、希望する方は講座後にボランティアの登録をしてください。  
登録後は、見守り活動のほか、2か月に1回程度の研修や、交流会に参加していただきます。

申込み 小平市地域包括支援センター 中央センターへ(先着順) ☎042(345)0691

## 認知症介護家族支援会

とき 8月28日(水) 午後2時~3時30分  
ところ 特別養護老人ホーム小平健康苑多目的ホール  
費用 無料  
対象 家族などの介護にお悩みの方  
定員 15人  
協力 認知症と介護を考える会「小平わかばの会」  
申込み 小平市地域包括支援センター 小平健康苑へ(先着順) ☎042(451)8813

## 成人健康教室・相談などの日程

教室・相談名	とき	対象	内容・持ち物	定員・申込みほか
こだいら健康塾 減らそう 内臓脂肪	①9月2日(月) ②9月10日(火) 午前9時30分~正午 ※受付は開始10分前から。	2日間とも参加できる69歳以下の市内在住の方	①保健講話、運動実技(おなかすっきりエクササイズ) ②栄養講話・調理実習(500kcal満腹メニュー、内臓脂肪減らそう編) ③健康手帳、筆記用具、水分補給用飲料、フェイスタオル ④健康手帳、筆記用具、エプロン、三角巾 ※①は動きやすい服装と靴で参加してください。体調により運動実技を見学していただく場合もあります。	定員...30人 電話または健康センター窓口へ(要申込み、先着順)
医師による健康づくり相談	9月3日(火) 午後1時~2時30分 の指定する時間	市内在住の方	④健康診断や人間ドックの結果を基にした医師・管理栄養士・保健師の個別相談 ⑤直近の健診結果、健康手帳	定員...6人 電話または健康センター窓口へ(先着順)

※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

日程	対象	持ち物	定員・申込みほか
8月21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9時45分から ステップ4...午前10時45分から ※ステップごとに各回同じ内容です。	市内在住で、おおよそ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
8月23日(金) 午前10時~正午 受付...9時45分	市内在住の2歳6か月から3歳6か月のお子さんと保護者	エプロン、三角巾(お子さんは代用できるもので可)、母子健康手帳	定員...20組 電話または健康センター窓口へ(先着順)
9月3日(火) 午前10時~正午 受付...9時45分	市内在住の妊娠5か月から7か月の妊婦と家族	エプロン、三角巾、母子健康手帳	定員...30人 電話または健康センター窓口へ(先着順)

※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。  
※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か月~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)

日程	診療時間	名称	所在地	電話番号
休日応急診療	午前9時~午後5時	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	午後7時30分~10時30分 (受付は10時15分まで)	同上	同上	同上

## 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
8月11日(日)	佐藤 歯科 医院	学園東町1-3-12	042(345)6648
8月18日(日)	平山 歯科 医院	花小金井4-39-10 本間ビル2階	042(473)8066

※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

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)	救急車を呼ぶべきか迷った場合の相談・24時間
小平消防署 病院・診療所案内	042(341)0119	救急医療機関の案内・24時間
東京都医療機関案内 サービス(ひまわり)	03(5272)0303	診療中の医療機関の案内・24時間

### 消化器がん検診申込書

- 氏名(ふりがな)
- 性別 男・女
- 生年月日 大・昭 年 月 日
- 住所(〒187- ) 小平市
- 電話番号 ( )
- 希望する検診(○をつけてください)
  - 胃がん検診のみ
  - 大腸がん検診のみ
  - 胃がん検診と大腸がん検診
- 希望する日程 なし

V職場などで受診する機会がある  
V大腸がん検診の精密検査を受けて治療中または経過観察中(精密検査対象者で未受診の方も含む)  
V大腸の病気で、現在治療中または経過観察中  
※大腸がん検診は、平成26年2月末まで、特定健康診査、一般健康診査を実施する医療機関でも受診することができます。

## 乳がん検診 (検診車) 追加募集

め、希望の日程にならないことがあります。  
※指定日時は9月中旬に通知します。  
※検診時間は午前のみとなります。  
問合せ 健康センター(〒187-0004) 学園東町一丁目19番12号 ☎042(346)3700

## 乳がん検診 日程

8月	9月	10月
27日(火)~30日(金)	2日(月)・3日(火)・14日(土)・17日(火)・18日(水)・24日(火)~26日(木)	26日(土)・30日(水)・31日(木)

※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3希望まで記入してください。

### 乳がん検診(健康センター)申込書

- 氏名(ふりがな)
- 住所(〒187- ) 小平市
- 電話番号
- 生年月日 大・昭 年 月 日 生まれ
- 希望日

※第3希望まで記入してください(いつでもよい場合はその旨を記入)。

第1希望 月 日  
第2希望 月 日  
第3希望 月 日

国の指針により、40歳代の方は2方向、50歳以上の方は1方向の撮影。  
※月経終了後の乳房の張りの少ない時期で日程を検討してください。  
※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。  
検査内容 問診、視診、触診、乳房X線検査(マンモグラフィ検査)  
定員 各20人程度  
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出せば無料)  
対象 40歳以上(昭和49年3月31日以前に生まれた方)で市内在住の女性  
申し込み 8月12日(月)まで(消印有効)に、はがきに必要事項(右上図参照)を記入のうえ、問合せ先へ(電話不可、先着順)  
※健康センター、東部・西部出張所、動く市役所に置いてある申込用紙または東京電子自治体共同運営サービスのホームページからも申し込みます(携帯電話からは紙面欄外の二次元バーコードを読み取ってアクセス)。  
※検診票の発送は、8月中旬以降(指定日)の予定です。  
問合せ 健康センター(〒187-0004) 学園東町一丁目19番12号 ☎042(346)3700