



### 高齢者肺炎球菌ワクチンが定期接種に



任意予防接種として接種費用の一部助成を実施していた高齢者肺炎球菌ワクチンが、10月1日から定期の予防接種になりました。

#### ◆予防接種法に基づく定期接種

対象 下表に該当し、過去に肺炎球菌ワクチンの予防接種を受けたことがない市民。また、60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障がいがあり、日常生活が極度に制限される市民(身体障害者手帳1級程度)

※対象年齢の方には10月上旬に予防接種券を送付します。

※平成30年度まで5年間は毎年、対象が変わります。右下表に該当する方で助成を希望する場合は本年度中に接種してください。

#### 高齢者肺炎球菌ワクチン定期予防接種対象者

昭和24年4月2日生～昭和25年4月1日生
昭和19年4月2日生～昭和20年4月1日生
昭和14年4月2日生～昭和15年4月1日生
昭和9年4月2日生～昭和10年4月1日生
昭和4年4月2日生～昭和5年4月1日生
大正13年4月2日生～大正14年4月1日生
大正8年4月2日生～大正9年4月1日生
大正3年4月2日生～大正4年4月1日生
大正3年4月1日以前の生まれの方

#### ◆小平市独自の任意接種制度

定期接種に該当しない年齢の方を対象に、今年度限り実施します。  
対象 65歳以上で、過去に小平市で肺炎球菌ワクチン予防接種の助成を受けたことがない方  
申込み 健康センター、東部・西部

## 10月は乳がん月間



### ピンクリボンキャンペーン

年々増えている乳がんは、早期発見によって治る可能性が高いだけに、日々の生活の中で意識してセルフチェックや定期検診を受けることが大切です。大切な命を守るために、このキャンペーンを通じて知識を深めましょう。

当日は市の乳がん・子宮頸がん検診の申込みを先着順で受け付けます。

日程 10月14日(火) 午前11時～午後1時 いなげや花小金井駅前店  
10月19日(日) 午前10時～正午 あかしあ通り市民まつり薬剤師会コーナー(本都近く)

11月9日(日) 午前10時～午後3時 健康センター(健康フェスティバル会場内)

内容 乳がん予防啓発チラシ、グッズの配布、乳がん・子宮頸がん検

#### 診の申込み受付

※乳がん検診は30歳以上、子宮頸がん検診は20歳以上の方が対象。  
※40歳以上の乳がん検診は一橋病院(小平市)、複十字病院(清瀬市)、小金井つるかめクリニック(小金井市)、健康センター(検診車)での実施になります。  
※受診条件に合わない場合はお断りすることがあります。

問合せ 健康センター ☎042(346)3701

### 無料クーポン券による乳がん検診

一定の条件を満たす方に乳がん検診無料クーポン券を6月に送付しました。

クーポン券をお持ちで、未受診の方は、早めに受診してください。受診機関により予約締め切り日が決まっていますので、早めに予約してください。

出張所、動く市役所に置いてある申込用紙または、はがきに「肺炎球菌任意予防接種希望」と明記し、住所、氏名、性別、生年月日、電話番号を記入のうえ、問合せ先へ(電話不可)

#### 共通

接種期限 平成27年3月31日(火)まで  
市内指定医療機関  
助成額 4千円  
※生活保護受給者などは8千円が上限。

※予防接種料金から助成額を引いた額を指定医療機関にお支払いください。  
※助成回数は1回のみです。

持ち物 予防接種と健康保険証(生活保護受給者の方は生活保護受給者証)  
問合せ 健康センター(〒187-0004) 3学園東町二丁目19番12号 ☎042(346)3700

※受診方法、指定医療機関は、同封した案内書でご確認ください。  
問合せ 健康センター ☎042(346)3700

### ハローベビークラス(両親学級)

妊娠・出産・育児を学ぶ教室です。  
日程 ①10月17日(金) 分娩経過、母乳育児の話、グループワーク、妊婦体操  
②10月24日(金) 産科の話・ブラッシング、栄養の話、赤ちゃん・産婦さんとの交流会  
③11月1日(土) ビデオ、産後の話、もくろ・着替え・抱き方の実習、妊婦体験、栄養の話ほか

申込み 参加予定日の1週間前までに、はがきまたは申込用紙に参加希望日、住所、氏名、生年月日、年齢、電話番号、出産予定日、出産経験の有無を記入のうえ、問合せ先へ  
※母子健康手帳の交付を受けた方は、母子の保健バッグの中に申込用紙が入っています。  
※参加いただけない場合にのみ、後日連絡します。

問合せ 健康センター(〒187-0004) 3学園東町二丁目19番12号 ☎042(346)3701

### 水痘(水ぼうそう)ワクチンが定期接種に



水痘ワクチンが10月1日から予防接種法に基づく定期予防接種になりました。

接種回数 2回  
対象 市内在住の生後12か月から36か月に至るまでのお子さん  
※1回目の接種後、標準的には6か月から12か月までの間隔をおいて2回目接種(1回目の接種後、3か月以上あければ接種は可能)。  
※任意で水痘ワクチンの接種を受け

※いずれも午後1時15分から4時まで、1時受付。  
※1回のみ参加も可能。  
ところ 健康センター

対象 市内在住の妊娠5か月～8か月の妊婦と家族  
定員 ①・②:各40人、③:80人  
担当 保健師、助産師、管理栄養士、歯科衛生士  
持ち物 母子健康手帳、筆記用具、水分補給用飲料(各回共通)、バスタオル(①のみ)、歯ブラシ・コップ(②のみ)

※①は動きやすい服装で参加してください。  
申込み 参加予定日の1週間前までに、はがきまたは申込用紙に参加希望日、住所、氏名、生年月日、年齢、電話番号、出産予定日、出産経験の有無を記入のうえ、問合せ先へ  
※母子健康手帳の交付を受けた方は、母子の保健バッグの中に申込用紙が入っています。  
※参加いただけない場合にのみ、後日連絡します。

問合せ 健康センター(〒187-0004) 3学園東町二丁目19番12号 ☎042(346)3701

### 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
10月15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
10月17日(金) 午前10時～正午 受付…午前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、三角巾、母子健康手帳、おんぶひも(赤ちゃん)と参加する方のみ、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。

※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…9～11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	日曜日、祝日、年末年始	午前9時～午後5時	小平市医師会応急診療所	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)	学園東町1-19-12(健康センター内)	

### 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
10月5日(日)	河野 歯科 医院	学園西町2-13-29	042(345)5622
10月12日(日)	鈴木 歯科 医院	天神町2-3-32	042(345)0505
10月13日(月・祝)	グリーンプラザ歯科医院	美園町1-6-1 グリーンプラザ2階	042(341)8148
10月19日(日)	一橋 学 園 歯 科	学園東町3-7-35	042(345)8181

※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

### こだい健康体操(こだい健康体操)教室



こだい健康体操は、足・腰の筋力強化と、全身のバランス能力向上を目的に、新しい音頭のスペシャルダンスバージョンに合わせて行う、オリジナル体操です。どなたでも

簡単にできる体操なので、ぜひご参加ください。  
とき 10月28日(火) 午前9時30分～正午 午前9時10分受付  
ところ 健康センター  
費用 無料  
対象 市内在住の方  
定員 百人  
内容 こだい健康体操、骨量測定、足指力測定、体力測定  
※当日、最高血圧が百60mmHg以上または最低血圧が百mmHg以上の方は運動には参加できません。  
※当日の参加人数により、今年度、病院・骨粗しょう症検診・計測相談会などで骨量測定をしている方は、当日の測定をご遠慮いただく場合がありますので、ご了承ください。  
持ち物 健康手帳・参加カード(お持ちの方)、水分補給用飲料、フェイスタオル  
申込み 当日、会場へ(先着順)  
問合せ 健康センター ☎042(346)3701