平成28年度

秋期 消化器がん（胃がん・大腸がん）検診

日　程　左表のとおり
ところ　健康センター
費　用　無料
対　象　35歳以上（昭和57年3月31日以前生まれ）で市内在住の方

◆胃がん検診

受診できない方　▽春期（4月以降）の胃がん検診を受診した▽職場などで受診する機会がある▽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を含む）である▽胃・十二指腸の手術をしたことがある▽胃・十二指腸の病気で、治療中または経過観察中である▽腸閉塞（そく）を起こしたことがある▽肺の手術（肺切除、胸郭形成術など）をした▽介助が必要（自分の力で立っていられない、両手で体重を支えられない、寝返りに時間がかかるなど）である▽肺炎を起こしやすい、飲み込む力が弱っている▽透析をしている▽バリウムを服用し、アレルギーを起こしたことがある▽体重が百20キログラム以上ある

※75歳以上の方は、当日の問診で、体調やバリウムの誤嚥（えん）による危険性などを考慮し、受診をお断りする場合があります。

定　員　各50人程度
内　容　バリウムによるX線撮影

◆大腸がん検診

受診できない方　▽春期（4月以降）の大腸がん検診または7月以降個別に医療機関で大腸がん検診を受診した▽職場などで受診する機会がある▽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を含む）である▽大腸の病気で、治療中または経過観察中である

定　員　2千人
内　容　便の潜血反応検査
※容器（後日、自宅に送付）に便を採取し、健康センターへ持参。

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(月)・4日(火)・7日(金)・8日(土) 11日(火)・17日(月)	6日(木) 12日(水)
11月	1日(火)・2日(水)・8日(火)・16日(水) 17日(木)・19日(土)・22日(火)・25日(金) 28日(月)・29日(火)・30日(水)	7日(月) 18日(金) 24日(木)
12月	2日(金)・5日(月)・7日(水)・8日(木) 10日(土)・13日(火)・14日(水)・15日(木) 16日(金)・20日(火)	1日(木) 9日(金) 19日(月)

※検診時間はいずれも午前中です。
※大腸がん検診のみの方は、希望日の記入は不要です。

―共　通―

申込み　8月15日（月）まで（消印有効）に、はがきに必要事項（右下図参照）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めます（携帯電話からは紙面欄外のＱＲコードを読み取ってアクセス）。
※指定日時は9月中旬に通知します。

問合せ　健康センター（〒187－0043　学園東町一丁目19番12号）☎042（346）3700

消化器がん検診申込み

1. 氏　名（ふりがな）
2. 性　別
3. 生年月日
　昭和　　年　　月　　日
4. 住所　〒187－
　小平市
5. 電話番号
6. 希望する検診
　（いずれかを記入してください）
　ア．胃がん検診のみ
　イ．大腸がん検診のみ
　ウ．胃がん検診と大腸がん検診
7. 胃がん検診の希望日
　・なし（いつでもよい）
　・あり（日程表から選んでください。複数記入可）

熱中症になってしまったら

左表のような症状がある場合は、熱中症を疑い、決して放置せず適切な応急処置をするとともに、医師に相談するか救急車を呼びましょう。

問合せ　健康センター☎042（346）3700

熱中症の症状と応急処置

	重症度Ⅰ度	重症度Ⅱ度	重症度Ⅲ度
症状	・手足や口のしびれ ・めまい、立ちくらみ ・筋肉のこむら返り ・気分が悪い ・顔色が悪い	・頭痛 ・吐き気やおう吐 ・からだがだるい ・様子がおかしい	・顔が赤い ・意識障害 ・けいれん ・言動がおかしい ・まっすぐ歩けない ・体が熱い
応急処置	・冷たい飲料（できれば塩分を含むもの）を飲ませる ・涼しいところで足を高くして休ませる ※自分で水分をとれない時や、症状が改善しない時は医療機関を受診すること。		・すぐに救急車を呼ぶ ・水や氷で首・脇の下・足の付け根を冷やすなど体温を下げながら救急車を待つ

※判断に迷った時は☎＃7119へ。

東京都大気汚染医療費助成制度　医療券の更新を忘れずに

有効期間満了後も引き続き助成を受けるためには、更新の手続きが必要です。

有効期間満了までに、更新の手続きを（手続きに時間がかかるため、なるべく1か月前までに）してください。

特に、生年月日が平成9年4月1日以前の方は、資格を喪失すると再度認定を受けられなくなりますのでご注意ください。

問合せ　健康推進課☎042（346）9641、東京都福祉保健局環境保健衛生課☎03（5320）4491

東京都立多摩総合医療センター

当院は原則、紹介予約制です。受診の際は、かかりつけ医の紹介状をご持参ください。国の法令改正に伴い、10月1日（土）から、紹介状をご持参いただけない初診患者からは、診療費のほかに特定病院非紹介患者初診加算料5千円をお支払いいただきます（救急の場合を除く）。

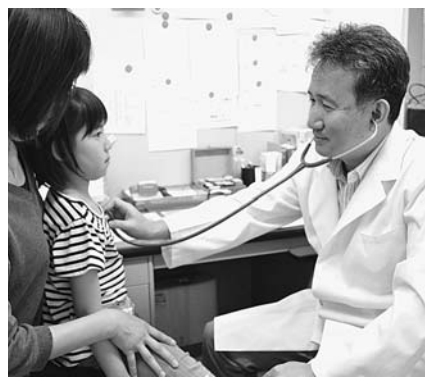
問合せ　東京都立多摩総合医療センター☎042（323）5111（代表）、☎042（323）9200（予約専用）

夜間や休日の急病に　ご利用ください　応急診療所

急な発熱、腹痛でお困りのときはありませんか。応急診療所では、夜間（午後7時30分～10時30分、受付は10時15分まで）、年中無休で内科・小児科の応急診療を行っています。休日は、日曜日、祝日、年末年始（12月29日～1月3日）午前9時から午後5時まで、小平市医師会に委託し、応急診療を行っています。急病などで困ったときには、ぜひご利用ください。

※詳しくは、この面の左最下段をご覧ください。

問合せ　健康センター☎042（346）3706（診療時間内）



健康づくり講演会　こころのＡＢＣ活動

◆考え方のこつを学び心が元気になる方法

現代社会では、多くの人がストレスを抱えやすい環境で暮らし、以前より心の問題を起こしやすくなっています。ストレスから自分を守り、回復する力を育てるこころのＡＢＣ活動について学びます。

とき　9月7日（水）　午後2時～4時
ところ　健康センター
費　用　無料
対　象　市内在住・在勤の方
定　員　60人
※保育19人あります（1歳6か月以上。申込み先へ）
講　師　竹中晃二さん（早稲田大学人間科学学術院教授）
持ち物　健康手帳・参加カード（お持ちの方）、筆記用具
申込み　健康センターへ（先着順）☎042（346）3701

市民講演会　認知症と生きる

とき　9月17日（土）　午後1時～4時
ところ　国立精神・神経医療研究センター・ユニバーサルホール
費　用　無料
定　員　百人
講　師　森啓さん（大阪市立大学医学部特任教授）ほか
申込み　電話、ファクシミリまたは電子メールで問合せ先へ
問合せ　国立精神・神経医療研究センターブレインバンク事務局☎042（346）1868、FAX042（346）1774、✉info@brain-bank.org

地域連携型認知症疾患医療センターが決定

国立精神・神経医療研究センターが小平市の地域連携型認知症疾患医療センターに指定されました。

認知症に関する医療相談や診断を行うほか、地域の認知症に関するネットワークづくりなどを市とともに行います。

医師による認知症相談会

◆認知症に関する医療相談

まずは、お問い合わせください。相談の内容によって専門医が改めて診察をし、診断します。

とき　午前9時～午後5時（土曜・日曜日、祝日を除く）
問合せ　国立精神・神経医療研究センター病院・認知症疾患医療センター☎042（341）2711

とき　9月13日（火）　午後1時30分以降の指定する時間
ところ　介護老人保健施設けやきの郷介護者教室
費　用　無料
対　象　市内在住で、物忘れなど、認知症の症状がある方
定　員　3人
申込み　小平市地域包括支援センターけやきの郷へ（先着順）☎042（349）2321

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

	とき	対象	持ち物	定員・申込みほか
ステップアップ離乳食	8月17日（水） ステップ1…午後1時30分から ステップ2…午後2時30分から 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	市内在住で、おおむね5か月～1歳6か月児 （ステップごとで対象が異なります。下記参照）	母子健康手帳	当日、会場へ

※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）

※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でもご覧になれます。

	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	学園東町1－19－12（健康センター内）	042（346）3706（左記診療時間内）
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）			

※応急診療所の診療科目は内科と小児科です。健康保険証、各種医療費受給者証を忘れずにお持ちください。

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7日（日）	鈴木歯科医院	天神町2－3－32	042（345）0505
8月11日（木・祝）	大塚歯科医院	学園東町2－6－21	042（344）1308
8月14日（日）	佐藤歯科クリニック	大沼町1－20－21	042（345）5966

※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