



医師による認知症相談会

とき 3月13日(火) 午後1時30分以降の指定する時間

ところ 多摩済生ケアセンター2階
対象 物忘れなどの認知症の症状がある市内在住の方、または家族
定員 3人
申込み 小平市地域包括支援センター多摩済生ケアセンターへ(先着順) ☎042(349)2123

認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、認知症やその家族を見守る応援者です。講座では、認知症を初めて学ぶ方向け

シルバーピアあき家地元割当入居者を募集

シルバーピアは、安全で快適な生活を送れるよう配慮された、高齢者向け都営住宅です。

市内にお住まいの65歳以上の方を対象に、入居者を募集します。申込み多数の場合は、抽選により入居資格審査対象者を決定し、入居資格を審査します。

募集戸数 下表のとおり
対象 次のすべてに該当する方
▽65歳以上で市内に3年以上住所を有する

▽所得が、単身用は2百56万8千円以下、2人世帯用は2百94万8千円以下である
▽単身用は現に同居する親族がいな
い、2人世帯用は同居親族が65歳以上(配偶者はおおむね60歳以上)
▽住宅に困っている

※詳しくは、申込案内をご覧ください。
※2月に東京都が募集する都営住宅に応募した方も、今回の地元割当募集に申込みができます。
※申込案内は、高齢者支援課(健康

に、接し方など基本知識を学びます。とき 3月7日(水) 午後2時(3時30分)

ところ 学園西町地域センター
定員 30人
申込み 高齢者支援課地域支援担当へ(先着順) ☎042(346)9539

家族介護教室

薬の管理が難しく、たぐさんの薬の飲み残しや飲ませにくい薬に困っていませんか。薬との付き合い方を学びます。

とき 3月6日(火) 午後2時(3時30分)
ところ 中央公民館学習室4
対象 市内在住で高齢者を介護し

定員 20人
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

市民公開講座

なぜ老いるならば上手に老いるには

上手に老いるために、今から始めるフレイル予防

フレイルとは、高齢により筋力や精神力が衰え、病気にかりやすくなっている健康の状態です。いつまでも元気に暮らすため、予防方法を学びませんか。とき 3月17日(土) 午後2時(3時30分)

ところ 福祉会館5階市民ホール
定員 200人
申込み 電話で小平市医師会へ(先着順) ☎042(343)8260

成人健康教室・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

日程	内容・持ち物	定員・申込みほか
3月3日(土) 午後の指定する時間 小川西町公民館	健康づくり相談(保健師・管理栄養士)	定員...3人 事前に問合せ先へ(先着順)
3月20日(火) 午後の指定する時間 健康センター	医師による健康づくり相談 持ち物...直近の健診や人間ドックの結果、健康手帳、参加カード(お持ちの方)	定員...6人 事前に問合せ先へ(先着順)

※対象は市内在住の方です。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

とき	対象	持ち物	定員・申込みほか
3月7日(水) 受付...午前9時30分~10時30分 たんぽぽ広場(親と子の健康相談)	生後4か月~4歳未満の乳幼児と保護者	たんぽぽカード(4月以降の初回参加時に配布)、母子健康手帳(発育の確認をしたい方)	当日、会場へ
3月9日(金) 午前10時~正午 受付...午前9時45分から かむかむ教室(幼児食講習会)	1歳8か月~3歳6か月の幼児と保護者	親子ともにエプロン、三角巾(代用可)、母子健康手帳	定員...親子20組 事前に問合せ先へ(先着順)
3~4か月児・1歳6か月児・3歳児健康診査、5歳児園科健診、BCG集団予防接種などの案内は個別に送付しています。転入の方など届いていない場合や受けていない場合はお問い合わせください。	乳幼児健診 BCG接種		

※会場は健康センター。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	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。高校生以下の受診は、保護者の同伴が必要です。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
2月25日(日)	一橋学園歯科	学園東町3-7-35	042(345)8181
3月4日(日)	高村歯科医院	美園町1-28-2	042(341)6103

※車でお越しの際は、必ずお問い合わせください。また、医療機関は変更になる場合があります。

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



自分の体力気になりませんか イキイキ測定会

骨量や握力などの測定と、こた健体操を行います。自身の体力を知り、健康な体を保ちませんか。とき 3月3日(土) 午後1時(3時)

ところ 小川西町公民館
対象 市内在住の方

60歳以上向け体操教室 音楽に合わせて体力を向上

懐かしの曲に合わせて健康体操や筋力向上の運動を行います。とき 3月1日(土) 29日の木曜日 全5回

▽3月6日(土)27日の火曜日 全4回
※いずれも午前11時20分から午後0時20分まで。
ところ 市民総合体育館第4体育室
対象 60歳以上の方
定員 各30人
※動きやすい服装で、室内運動靴を

春の火災予防運動

3月1日(木)~7日(水)

小平やさいたっぷりカレンダー 小平ファーマーズ・マーケットでも販売中

価格 1冊百60円
販売期間 3月29日(木)まで
販売場所 市政資料コーナー(市役所1階)、JA東京むさし小平ファーマーズ・マーケット

※小平市ホームページから無料でダウンロードできます。
問合せ 健康センター ☎042(346)3701

交通遺児 見舞金を支給

小平市社会福祉協議会では、交通遺児を対象に見舞金を支給します。金額 2万円(1人当たり)

対象 市内在住の交通遺児で、18歳以下の定職についていない方(平成30年3月末時点)
提出書類 申請書、事故を証明できるもの
※申請書は問合せ先で配布しています。

申込み 3月1日(木)から12日(月)までに、提出書類を問合せ先、または事前連絡のうえ、お住まいの地域の民生委員・児童委員へ
問合せ 小平市社会福祉協議会 ☎042(344)1217