



福祉会館

健康相談室を廃止

福祉会館の高齢者健康相談は、高齢者の相談の場の拡充が図られてきたことから、3月31日をもって廃止することになりました。

今後、高齢者の相談は、主に次の場所で行います。

- ▽地域包括支援センター(中央センター、けやきの郷たかの台出張所、小川ホーム、四小通り出張所、多摩済生ケアセンター、喜平橋出張所、小平健康苑、花小金井出張所)
▽高齢者支援課(健康福祉事務センター1階)
※福祉会館の健康相談室は、5月から娯楽室に変わります。

妊娠届・母子健康手帳 提出・交付場所を変更

4月1日から、これまで東部・西部出張所、動く市役所でも行っていた妊娠届の提出と母子健康手帳交付

3月31日(日)までに 予防接種を

一部助成の対象となる方には昨年5月に予防接種を発送しました。

対象 市内在住で次のいずれかに該当する方
▽平成31年3月31日時点での年齢が65・70・75・80・85・90・95・百歳で、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

▽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害を有し、日常生活が極度に制限されている(身体障害者手帳1級程度)
※平成35年度まで毎年、対象が変わります。該当する方で助成を希望する場合は、対象の年度中に接種してください。

を、健康センターと土曜窓口のみで受け付けます。

健康センターでは、安心して出産・子育てができるよう保健師・助産師によるマタニティサポート面談を受付時に行っています。

日程 ▽月曜日(金曜日)：午前8時30分～午後5時15分 健康センター
▽土曜日：午前8時30分～午後0時15分 保険年金課(市役所1階)
問合せ 健康推進課 ☎042(346)3702

ふらっとまるしえ 障がい者施設などの製品を販売

市内の障がい者施設の製品を販売します。クッキーやパン、Tシャツやエプロン、木のおもちゃやペン立てなど豊富に取りそろえています。おいしいもの、楽しいものが見つかります。ぜひ、ふらっとお立ち寄りください。

とき 3月4日(月)～8日(金)
午前9時30分～午後4時
ところ 市役所1階ロビー
問合せ 障がい者支援課 ☎042(346)9642

※対象者で予防接種がない場合は、お問い合わせください。
助成内容 予防接種料金のうち4千円を助成(生活保護受給者などは8千円が上限)
持ち物 予防接種票、健康保険証(生活保護受給者は生活保護受給者証)

◆麻しん風しん混合(第2期)予防接種
対象となる方には昨年4月に予防接種票を発送しました。
とき 3月31日(日)まで
対象 平成24年4月2日～平成25年4月1日生まれのお子さん
※対象者で予防接種がない場合は、母子健康手帳をご用意のうえ、お問い合わせください。

介護予防講演会

知って得する 介護予防の話と実践

◆フレイルにならないために
高齢者に多い腰痛、ひざ痛と上手に付き合いつながり、虚弱(フレイル)にならない生活を送るためのコツを、実践を交えてお伝えします。

とき 3月19日(火) 午後2時～4時
ところ 福祉会館5階市民ホール
対象 市内在住で介護予防に興味のある方
定員 80人
内容 講話と質疑応答、簡単な実技
持ち物 筆記用具
※動きやすい服装でお越しください。

申込み 高齢者支援課へ(先着順)
☎042(346)9539

成年後見制度基礎講座

よくわかる 任意後見制度

任意後見制度とは何か、法定後見制度との違いや利点を具体的に学びます。

とき 3月22日(金) 午後2時～4時
ところ 福祉会館4階小ホール
対象 市内在住・在勤・在学の方
定員 50人
主催 小平市社会福祉協議会
申込み 3月22日(金)までに、権利擁護センターこだいらへ(電話可、先着順) ☎042(342)8780

暮らした中の園芸講座
春の寄せ植え編
自宅に飾る春をイメージした寄せ植えを、楽しみながら学び、素敵な作品を完成させます。

いきいき測定会

地域健康づくり推進員と、測定会

と小平市オリジナル体操のこだ健体操をします。元気で楽しい暮らしを送るために参加してみませんか。

とき 3月2日(土) 午後1時30分～3時30分
ところ 小川西町公民館

地域健康づくり推進員と、測定会と小平市オリジナル体操のこだ健体操をします。元気で楽しい暮らしを送るために参加してみませんか。

こだ健体操教室

(足指力・握力測定)

足、腰の筋力強化と、全身のバランス能力向上を目指しましょう。

とき 3月25日(月) 午前10時11分30分～9時45分受付
ところ 健康センター

対象 市内在住の方
内容 こだ健体操・こだ健ゆっくり体操・こだ健イス体操、握力・足指力測定ほか
持ち物 参加カード(お持ちの方)、飲み物、フェイスタオル
※動きやすい服装と靴で参加してください。

介護職員初任者研修 通信課程

介護職員初任者研修

資格を取って介護の職場に就職しようと考えている方や、家族介護のために勉強を考えている方、この機会に勉強を始めませんか。

日程 ▽春コース：4月7日(日)～7月21日(日)
▽秋コース：10月20日(日)～平成32年2月9日(日)
定員 各回20人
費用 5万円(テキスト代別)
※申込み方法など、詳しくはホームページをご覧ください。

研修 社会福祉法人黎明会
問合せ 社会福祉法人黎明会・今野
☎042(346)6611

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

Table with 4 columns: 日程, 内容・持ち物, 定員・申込み. Includes '健康づくり相談(保健師・管理栄養士)' and '健康づくり相談(保健師・管理栄養士)'.

※対象は市内在住の方です。車での来場はご遠慮ください。

乳幼児の教室・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

Table with 5 columns: とき, 対象, 持ち物, 定員・申込み. Includes 'たんぽぽ広場(親と子の健康相談)', 'ステップアップ離乳食', 'かむかむ教室(幼児食講習会)', '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)

Table with 6 columns: 日程, 診療時間, 名称, 所在地, 電話番号. Includes '休日応急診療' and '準夜応急診療'.

※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)

Table with 4 columns: 日程, 医療機関名, 所在地, 電話番号. Includes '2月24日(日) 高村 歯科 医院' and '3月3日(日) 鈴木 歯科 医院'.

※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

Table with 3 columns: 東京消防庁救急相談センター, 小平消防署 病院・診療所案内, 東京都医療機関案内 サービス(ひまわり)