



健康づくり講演会

美しい姿勢と歩き方のコツ

正しい姿勢で心も体も健康に... 姿勢や歩き方に自信がない、なかなか痩せられない、腰痛や肩こりに悩まされている、などと感じていませんか。正しい姿勢と歩き方を身につけて、体も心も健康になりましょう。

とき 70歳以上の方：6月21日(金) 69歳以下の方：6月22日(土) ※いずれも午前10時から正午まで、9時40分受付。

ところ 健康センター 対象 市内在住・在勤・在学の方 定員 各35人 ※6月22日は保育あります(満6か月以上、先着順)。

介護予防 見守りボランティア

人と人とのつながりが高齢者を支える... ある自治会では、会員が協力し合って高齢者の見守りをしています。高齢者が地域で安心して過ごす方法を、先進事例から学びます。

とき 6月19日(水) 午後2時～4時 ところ 東部市民センター集会所 対象 市内在住で、おおむね65歳以上の方 定員 50人

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

生活サポーター養成講座

受講後に高齢者対象の介護予防・生活支援サービスの小平基準型の事業所で働くことができます。

とき 6月14日(金)・21日(金)・25日(火)・28日(金) 午前10時～午後4時(21日は午後3時まで、28日は午後1時30分) 全4回

歯と口の健康週間

無料歯科健診と相談 歯科講演会

6月4日(火)～10日(月)の歯と口の健康週間に合わせて、歯科健診... 中央公民館2階講座室2

家族介護教室

在宅療養って何だろう... 高齢になっても住み慣れた地域で暮らし続けるために、知っておきたい医療や介護のサービスを説明します。

とき 6月13日(木) 午後1時～3時 ところ 介護老人保健施設けやきの郷家族介護者教室 対象 市内在住の方 定員 30人

申込み 地域包括支援センターけやきの郷 ☎042(349)2321(先着順)

無料歯科健診と相談

健康運動指導士による講話、運動実技(姿勢や歩き方、筋力強化など)

日時 6月1日(土) 午後1時～3時30分 健康センター

ところ 健康センター 対象 妊産婦さんへの歯科講演 母親になる前に、お口の健康を学んで

重度の障がいがある方へ 特別障害者 手当などを支給

重度の障がいがあるため、日常生活に常時特別な介護が必要な方に手

問合せ 障がい者支援課 ☎042(34)9540、FAX 042(346)9541

いざい福祉のつどい

健康センター 当日、会場へ

日時 6月15日(土) 午後1時～4時 ところ 福祉会館5階市民ホール

高齢者肺炎球菌ワクチン

定期予防接種 費用を助成

令和2年3月31日(火)まで 指定医療機関

Table with 3 columns: 手当の種類, 対象, 手当額(月額). Rows include 特別障害者手当, 障害児福祉手当, 東京都重度心身障害者手当, 小平市中心身障害者福祉手当.

Table with 5 columns: 日程, とき, 対象, 持ち物, 定員・申込み. Rows include たんぽぽ広場(親と子の健康相談), かむかむ教室(幼児食講習会), 乳幼児健診 BCG接種.

休日応急診療・準夜応急診療 (内科・小児科)

Table with 5 columns: 日 程, 診療時間, 名称, 所在地, 電話番号. Rows include 休日応急診療, 準夜応急診療.

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. Rows include 5月26日(日) 中山 歯科 医院, 6月2日(日) 浜田 歯科 医院.

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).

Table with 2 columns: 年齢, 誕生日. Rows include 65歳 昭和29年4月2日生～昭和30年4月1日生, 70歳 昭和24年4月2日生～昭和25年4月1日生, etc.

該当し、助成を希望する方は本年度中に接種してください。内容 4千円を助成 ※生活保護受給者などは、上限が8千円。 ※助成は1回のみです。 ※各医療機関が定める予防接種料金

保健師・看護師 臨時職員を募集 職務内容 乳幼児健康診査業務 応募資格 保健師・看護師の資格をもち、業務経験がある方 勤務日 令和2年3月26日までの木曜日の午後(32回程度、応相談) 募集人員 1人程度 申込み 5月31日(金) までに、履歴書(縦4枚×横3枚)の写真を貼ったもの、保健師・看護師免許証の写しを問合せ先へ(送付可) 問合せ 健康センター(〒187-0004 3 学園東町一丁目19番12号) ☎042(346)3701