

介護保険 夜間対応型訪問介護 サービスが始まりました

市内で、2月1日から、夜間対応型訪問介護サービスが始まりました。夜間に、定期的に巡回し

サービスの種類	利用者負担額
①基本サービス (オペレーションセンターが、利用者の通報に応じて調整・対応)	1,060円/月
②定期巡回サービス	368円/回
③随時(緊急)訪問サービス (訪問員1人対応)	615円/回
④随時(緊急)訪問サービス (訪問員2人対応)	827円/回

※①と②、③、④を組み合わせて利用してください。

て行う訪問介護と、利用者からの連絡で随時対応する訪問介護を組み合わせたサービスです。市が指定した事業者がサービスを実施し

61歳以上の方の 基本健康診査を 実施中

受診はお早めに

3月は最終月で、医療機関がたいへん混雑しますので、できるだけ2月中に受診してください。ご協力を願います。

とき 3月31日(土)まで
ところ 市内および小金井・国分寺・東村山・東大和市内の指定医療機関

費用 無料

対象 61歳以上(昭和21年3月31日以前に生まれた方)で、市内に住居登録または外国人登録のある方
※平成18年5月中旬にお送りした診査票(65歳以上の方は基本チェックリスト)を有効にしてください。

※診査票および基本チェックリストを紛失した方や、小平市に転入して診査票などがない方は問合せ先へご連絡ください。

健康づくりビギナーコース 日程

とき	内容	担当	持ち物
2月19日(月) 午後1時30分～3時45分	運動前の体調チェック(血圧・体脂肪測定、問診)、健康づくりの基本的な知識と運動実技	健康運動指導士、保健師ほか	健康手帳、筆記用具、水分補給用飲料、フェイスタオル ※運動のできる服装と靴で参加してください。
2月21日(水) 午前9時15分～正午	栄養についての講話と調理実習、必要時個別相談	管理栄養士、保健師	健康手帳、筆記用具、エプロン、三角きん、ふだん使っているごはん茶わん

健康づくり ビギナーコース

日程 左表のとおり
ところ 健康センター
費用 無料

問合せ 健康センター ☎042(346)3700

ます。利用者が事前に登録しておく、夜間、急に介護が必要になった際、配布する端末のボタンを押すだけでオペレーションセンターに通報でき、必要に応じて訪問介護員が派遣されます。

サービスの提供時間は午後10時～午前7時(年中無休)で、対象は要介護認定者(要支援者を除く)です。サービスの種類、利用者の負担額は上表のとおりです。利用を希望する方は、担当のケアマネジャーにご相談ください。

対象 64歳以下の方
※2日間参加できる方が対象です。なお、7月に参加した方はご遠慮ください。
定員 30人
※1日目の運動実技は、運動前の体調チェックの結果により、見学していただく場合もあります。

親子健康教室 ぴよぴよサロン

とき 2月26日(月)
午前10時～11時30分(受付は9時45分から)
ところ 健康センター
対象 第1子のお子さんで生後2か月～3か月の乳児と母親
定員 25組
内容 赤ちゃんとの触れ合い遊び、お母さんのヘルスチェックほか
担当 保健師、助産師、管理栄養士
持ち物 母子健康手帳、パ

とき 2月26日(月)
午前10時～11時30分(受付は9時45分から)
ところ 健康センター
対象 第1子のお子さんで生後2か月～3か月の乳児と母親
定員 25組
内容 赤ちゃんとの触れ合い遊び、お母さんのヘルスチェックほか
担当 保健師、助産師、管理栄養士
持ち物 母子健康手帳、パ

シルバーピア入居者募集

高齢者向け都営住宅(あき家地元割三) 民間借上げ高齢者住宅(あき家)

市内にお住まいの65歳以上の高齢者を対象に、都営高齢者住宅と、小平市民間借上げ高齢者住宅(シルバーピア)の入居者を募集します。

所在地	区分	募集戸数	間取り
学園西町1-36 (学園西町一丁目)	単身用 あき家	1	和6DK
小川西町5-39 (小川西町五丁目)	単身用 あき家	2	和6DK
花小金井4-21 (花小金井四丁目)	2人 世帯用 あき家	1	和6洋6DK

所在地	区分	募集戸数	間取り
花小金井5-433-6 (シルバーピア鳥海)	単身用 あき家	1	和6DK

都営高齢者住宅は、抽選により当選した対象者を、シルバーピアは、高齢者が安全で快適な日常生活ができるように配慮された住宅です。

募集する住宅 上記のとおり
申込みできる 8月です。
方 次の①～④の条件に当てはまる方
① 28日(水) 午後1時～3時
② 健康センター
③ 市内在住の方
④ 講話、デモンストラ

今月の BCG予防接種

とき 2月14日(水)
28日(水)
受付 午後1時30分～3時30分
ところ 健康センター
費用 無料
対象 生後6か月未満の乳児(標準接種期間:生後3か月以降6か月未満)
申込み 当日、会場へ
問合せ 健康センター ☎042(346)3700

離乳食講習会 はじめての離乳食

とき 2月14日(水)
午前10時～正午(受付は9時45分から)
ところ 健康センター
対象 市内在住の生後7か月～8か月児(中期)

高齢者住宅 (シルバーピア)

生活協力員募集

シルバーピアに入居し、高齢者の相談、安否確認などが主な業務です。応募資格 都内在住で、同居親族がいる成人
募集人数 1人
※詳しくは、申込みのしおりをご覧ください。
申込用紙配布・受付期間 2月13日(火)～20日(火) 午前8時30分～午後5時 (土曜・日曜日を除く)
配布場所 高齢者福祉課業務係(健康福祉事務センター12階)、高齢者福祉課医師

28日(水) 午後1時～3時
健康センター
市内在住の方
講話、デモンストラ
個別相談
管理栄養士
母子健康手帳(個別相談希望者のみ)
申込み 当日、会場へ
問合せ 健康センター ☎042(346)3700

離乳食中期・ 後期講習会 もぐもぐ教室

とき 2月16日(金)
午前10時～正午(受付は9時45分から)
ところ 健康センター
対象 市内在住の生後7か月～8か月児(中期)

ふれあい食体験 パクパク教室

とき 2月23日(金)
午前10時～正午(受付は9時45分から)
ところ 健康センター
申込み 健康センター ☎042(346)3700

国民年金 保険料の納付には お得な口座振替を ご利用ください

国民年金 保険料の納付には、お得な口座振替をご利用ください。口座振替には、4月から翌年3月までの1年分の保険料をまとめて納付することにより、3千5百50円が割引になる前納制度があります。

また、通常、その月の国民年金保険料は、翌月末に指定口座から引き落とし

なりましたが、当月末に納付することによって、月々の保険料が50円割引になる早割制度もあります。なお、振替口座の確認などに1か月程度かかりますので、確実に口座振替を行うためには、2月中の手続きをお願いいたします(3月中の申し出の場合は、時期により口座振替が間に合わないこともあります)。口座振替の申し出は、郵便局をはじめ、各金融機関の窓口、または社会保険事務所で受け付けています。

休日応急診療医(内科・小児科)

日程	診療時間	医療機関名	所在地	電話番号
2月11日(日・祝)	午前9時～午後5時	佐々木クリニック	大沼町1-426	042(345)4866
	午後5時～10時	松清医院	花小金井3-5-40	042(463)8128
2月12日(月・振替)	午前9時～午後5時	あかし脳神経外科・整形外科	仲町425-12 あかしビル1階	042(345)7444
	午後5時～10時	大林医院	鈴木町2-242-4	042(461)7677
2月18日(日)	午前9時～午後5時	おかだクリニック	花小金井3-2-5 ドミール黒澤1階	042(460)8777
	午後5時～10時	みその診療所	美園町1-2-16	042(342)7270
2月18日(日)	午前9時～午後5時	鷹取医院	小川東町5-13-16 板東ビル201号	042(345)1317
	午後5時～10時	仲谷クリニック	学園東町3-3-36	042(341)5270
		浜田内科クリニック	花小金井南町1-18-25 NR花小金井駅前2階A	042(451)5106

休日歯科応急診療医

日程	診療時間	医療機関名	所在地	電話番号
2月11日(日・祝)	午前9時～午後5時	影山歯科医院	花小金井4-13-11 センチュリープラザ103	042(467)8241
2月12日(月・振替)		一橋学園歯科	学園西町2-13-37	042(345)8181
2月18日(日)		あかしあ歯科医院	学園東町2-13-16 昭和ビル2階	042(345)2336

平日準夜応急診療

日程	診療時間	ところ	科目	所在地	電話番号
月曜～土曜日(祝日、年末年始を除く)	午後7時30分～10時30分	小平市医師会 平日準夜応急診療所	小・内	学園東町1-19-12 (健康センター内)	042(346)3706

東京都実施の救急診療の問合せ

小平消防署 病院・診療所案内	042(341)0119	案内・24時間
夜間休日案内(ひまわり情報センター)	03(5272)0303	案内・24時間

※いずれも当番医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、携帯電話・Lモード用ホームページでもご覧いただけます。車でお越しの際は、必ずお問い合わせください。

※診療受付時間は午後10時15分までです。