



# 10月は 乳がん月間

## ピンクリボン キャンペーン

年々増えている乳がんは、早期発見によって治る可能性が高いため、日々の生活の中で意識してセルフチェックや定期検診をすることが大切です。大切な命を守るために、このキャンペーンを通じて知識を深めましょう。

当日は、市の乳がん・子宮がん検診の申込みを先着順で受け付けます。  
日程 ▽10月16日(水) 午前11時～午後1時 いなげや花小金井駅前店  
▽10月20日(日) 午前10時～正午 市民まつり会場薬剤師会コーナー

(本部近く、6面参照)  
内容 乳がん予防啓発チラシ、グッズの配布、乳がん・子宮がん検診の申込み受け付け  
※乳がん検診は30歳以上、子宮がん検診は20歳以上の市民が対象。  
※受診条件に合わない場合はお断りすることがあります。

※11月10日(日)の健康フェスティバルでも乳がん・子宮がん検診の申込みを受け付けます。  
問合せ 健康センター ☎042(346)3701

### 女性の健康づくり 講演会

◆女医に聞いてみたい「女性の体のメカニズム」  
若いころから更年期症状に悩んでいるプレ更年期の方が増えていいます。女性ホルモンについて学び、これからの生活を生き生きと、心身ともに健康に過ごしましょう。

講師 堀口雅子さん(銀座女性成人病クリニック副院長)  
持ち物 健康手帳(お持ちの方)、筆記用具  
申込み 健康センターへ(先着順)

## 後期高齢者医療制度

### 75歳の年齢到達者に保険証などを送付

#### ◆保険証の送付

後期高齢者医療制度への加入は、75歳の誕生日(一定の障がいがある65歳以上74歳以下の方は広域連合の認定を受けた日)からです。

年度の途中で75歳になる方には、誕生日の前日までに後期高齢者医療制度の保険証を簡易書留で送付します。75歳の誕生日以降は、新しい保険証を病院などの窓口にて提示してください。

#### ◆保険料額の通知

保険料額決定通知書および納入通知書は誕生月の翌月(4月から6月生まれの方は7月)に送付します。75歳到達者の保険料は、誕生月から翌年3月までの月数分を算定します。保険料の納付は原則、翌年度から年金天引きになりますが、年金天引きが開始されるまでは納付書で納めることになります。  
※年金天引きを中止し、口座振替に

#### ◆特定疾病療養受療証の申請

後期高齢者医療制度に加入する前に、国民健康保険や会社の健康保険などで特定疾病療養受療証を持っていた方は、改めて申請が必要です。保険証が届いたら、早めに申請してください。

#### ◆特定疾病療養受療証の申請

※さかのぼっての適用はありませんので、ご注意ください。  
問合せ 保険年金課後期高齢者医療係 ☎042(346)9538

### 公立保育園 地域ふれあい事業

## みんな集まれ いっしょに遊ぼう



家庭で子育て中の親子を対象に行います。気軽にご参加ください。

とき 10月26日(土) 午前10時～正午 午前9時45分受付

ところ 健康センター

費用 無料

対象 市内在住の女性

定員 60人

※保育10人あります(先着順)。2歳未満はお問い合わせください。

内容 医師講話、乳房自己検診法

※申込み時に、乳がん検診の申込みを先着順で受け付けます(希望者のみ)。

※乳がん検診は30歳以上が対象。40歳以上の乳がん検診は健康センターでの検診になります。検診日は10月26日(土)・30日(水)・31日(木)、定員は各10人です。

※受診条件に合わない場合はお断りすることがあります。

講師 堀口雅子さん(銀座女性成人病クリニック副院長)

持ち物 健康手帳(お持ちの方)、筆記用具

申込み 健康センターへ(先着順)

◆第9回 公園で遊ぼう会

とき 11月3日(日・祝) 午前10時30分～午後1時30分 雨天中止

ところ 中央公園東側広場

対象 就学前の児童を家庭で子育て中の親子

内容 保育士による劇、リズム体操、おもちゃ作り、食育コーナー

※育児相談もお受けします。

申込み 当日、会場へ

問合せ 喜平保育園 ☎042(321)6949 (土曜・日曜日を除く、午前9時30分～午後4時)

☎042(346)3701

## 無料クーポン券による 乳がん検診

国のがん検診推進事業に基づき、一定の年齢の方に乳がん検診無料クーポン券を6月に送付しました。クーポン券をお持ちで、未受診の方は、早めに受診してください。受診機関により予約締め切り日が決まっていますので、早めに予約してください。

乳がん検診無料クーポン券対象者	
昭和47年4月2日～昭和48年4月1日生まれ	
昭和42年4月2日～昭和43年4月1日生まれ	
昭和37年4月2日～昭和38年4月1日生まれ	
昭和32年4月2日～昭和33年4月1日生まれ	
昭和27年4月2日～昭和28年4月1日生まれ	

してください。

平成25年度の対象の年齢の方は左上表のとおりです。

※受診方法、指定医療機関は、同封した案内書でご確認ください。

問合せ 健康センター ☎042(346)3700

### 高齢者対象 肺炎球菌ワクチン 任意予防接種費用の一部を助成

65歳以上の市民を対象に、肺炎球菌ワクチン任意予防接種費用の一部助成を実施しています。

ところ 市内指定医療機関

助成額 4千円(生活保護受給者などは8千円が上限)

対象 65歳以上で、過去に小平市で肺炎球菌ワクチンの予防接種の助成を受けたことがない方

申込み はがきに「肺炎球菌予防接種」

費用 無料

とき 10月30日(水) 午後2時～3時30分

ところ 健康福祉事務センター

認知症介護 家族支援会

◆高齢者の住まいを考える 有料老人ホーム、サービス付き高齢者住宅

とき 10月17日(木) 午後2時～3時30分

ところ 小川ホーム食堂

費用 無料

定員 20人

講師 榎下明徳さん(福祉関係会社・課長)

申込み 小平市地域包括支援センター 小川ホームへ(先着順) ☎042(347)6033

### 乳幼児健診・相談などの日程

日 程	対 象	持 ち 物	定 員・申 込 み 場 所
ステップアップ 離乳食 10月16日(水) ステップ1…午後1時30分から、2時30分から ステップ2…午後2時から、3時から 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 ※ステップごとに各回同じ内容です。	市内在住で、おおむね5か月～1歳6か月児 (ステップごとに対象が異なります。下記参照)	母子健康手帳	当日、会場へ
もぐもぐ教室 離乳食講習会(調理実習) 10月18日(金) 午前10時～正午 受付…午前9時45分	ステップ2・3に当てはまる乳幼児と保護者(下記参照)	エプロン、三角巾、母子健康手帳、おんぶひも(赤ちゃんに参加する方のみ)、ふだん使用しているスプーン(食べ方について相談のある方)	定員…各15組(要予約) ※参加は各1回まで。

※会場は健康センターです。車での来場はご遠慮ください。費用は無料です。  
※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か月～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	042(346)3706
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)	学園東町1-19-12(健康センター内)	042(346)3706

## 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
10月6日(日)	小林 歯科 医院	たかの台39-2	042(345)5245
10月13日(日)	植木 歯科 医院	小川町1-946-47	042(344)4343
10月14日(月・祝)	羽山 歯科 クリニック	鈴木町2-150 須崎ビル1階	042(467)8114

※車でのご越しの際は、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	連絡先	内 容
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