

# 高齢者対象 季節性インフルエンザ 予防接種

とき 10月15日(水)～12月27日(土)  
ところ 指定医療機関  
費用 2千2百円(自己負担額)  
※指定医療機関でお支払いください。生活保護を受けている方は無料です(生活保護受給証明書が必要)。

対象 ①65歳以上の市民  
②60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がい(有し)、日常生活が極度に制限される市民(身体障害者手帳1級程度)  
※いずれも年齢は接種日現在。  
持ち物 健康保険証、②は、身体障害者手帳の写し

指定医療機関名	電話番号 (市外局番は042局)	予約	指定医療機関名	電話番号 (市外局番は042局)	予約
<b>〈たかの台〉</b>			<b>〈学園東町〉</b>		
たかの台駅前クリニック	(349) 0231	要	岡循環器クリニック	(346) 5188	不要
沖クリニック	(348) 8282	要	川島整形外科	(348) 3711	要
<b>〈小川町〉</b>			<b>〈仲町〉</b>		
松前整形・形成外科・内科	(344) 1666	要	山之内整形外科	(341) 0451	要
南台病院	(341) 7111	不要	井上内科クリニック	(342) 0056	不要
岡部こどもクリニック	(349) 1152	不要	あかしあ脳神経外科	(345) 7444	不要
はやぶさ内科	(349) 2200	不要	<b>〈美園町〉</b>		
今鷹医院	(343) 8058	要	みその診療所	(342) 7270	要
ゆずるクリニック	(348) 8515	要	小平外科・大腸肛門科	(348) 3348	不要
福田クリニック	(346) 2171	要	小平いりえクリニック	(312) 3820	不要
加来内科クリニック	(345) 7000	不要	多摩済生病院	(341) 1611	不要
木の花クリニック	(349) 2424	要	<b>〈鈴木町〉</b>		
新小平クリニック	(312) 1185	要	中山小児科医院	(322) 1231	要
きくしま内科クリニック	(341) 0654	不要	西野整形外科	(347) 3266	要
<b>〈栄町〉</b>			鈴木木台診療所	(341) 3256	要
ちあきこどもクリニック	(349) 2012	要	渡辺内科医院	(342) 3517	不要
<b>〈小川西町〉</b>			西尾クリニック	(329) 8833	不要
古坂医院	(341) 0555	要	竹本内科小児科医院	(461) 7303	要
高野外科胃腸科	(342) 5303	要	大林医院	(461) 7677	不要
緑成会病院	(341) 3011	要	<b>〈大沼町〉</b>		
小川クリニック	(341) 0653	要	矢口内科クリニック	(349) 1168	不要
えんどう内科クリニック	(349) 2565	要	小平北口クリニック	(347) 0211	要
やまぐち耳鼻咽喉科	(316) 7452	要	小平いりえクリニック	(349) 0131	要
<b>〈小川東町〉</b>			清水小児科内科医院	(343) 2255	不要
浦野内科医院	(343) 1322	要	<b>〈花小金井南町〉</b>		
松見病院	(341) 3211	不要	浜田内科クリニック	(451) 5106	要
原田内科クリニック	(348) 8661	不要	しみず内科循環器クリニック	(450) 5288	要
加賀美クリニック	(341) 0655	要	栗林産婦人科	(461) 7215	不要
鷹取医院	(345) 1317	不要	まちだケアクリニック	(450) 6222	要
小城医院	(342) 0036	要	近藤医院	(467) 2162	要
<b>〈上水南町〉</b>			秀眼科クリニック	(466) 8872	要
やの医院	(321) 0573	不要	いとう小児科	(465) 2288	不要
<b>〈喜平町〉</b>			佐藤小児科医院	(462) 8114	不要
ながしま脳神経・頭痛クリニック	(332) 0232	不要	岩崎整形外科医院	(464) 8522	不要
喜平橋耳鼻咽喉科	(332) 3387	要	<b>〈学園西町〉</b>		
中山内科クリニック	(324) 0593	不要	一橋病院	(343) 1311	要
<b>〈学園東町〉</b>			湯川医院	(344) 1118	不要
松岡内科クリニック	(426) 8080	不要	浮田医院	(341) 0348	要
一橋病院	(343) 1311	要	鈴木小児科内科医院	(341) 0353	要
湯川医院	(344) 1118	不要	岩瀬整形外科	(347) 1188	要
浮田医院	(341) 0348	要	真能クリニック	(342) 8280	要
鈴木小児科内科医院	(341) 0353	要	宮村クリニック	(342) 5588	不要
岩瀬整形外科	(347) 1188	要	けふかわ医院	(348) 1300	要
真能クリニック	(342) 8280	要	学園診療所	(347) 5005	要
宮村クリニック	(342) 5588	不要	足利クリニック	(344) 1510	要
けふかわ医院	(348) 1300	要	※公立昭和病院(☎042(461)0052)、国立精神・神経医療研究センター病院(☎042(341)2711)、ケアタウン小平クリニック(☎042(321)7575)、戸島整形外科クリニック(☎042(346)6683)は、かかりつけの方のみ実施します。		
学園診療所	(347) 5005	要	※立川市、東村山市、小金井市、国分寺市、清瀬市、国立市、昭島市、武蔵村山市、狛江市、東大和市、東久留米市、西東京市の指定医療機関でも接種できます。		
足利クリニック	(344) 1510	要	※東久留米市、西東京市で接種を希望される方は、指定の予約票が必要です。		

## 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

※医師の予診の結果、予防接種がでない場合もあります。

※入院などのやむを得ない事情により指定医療機関以外での接種を行う場合は、事前に健康センターへお問い合わせください。

◆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。

◆笑いヨガでたのしく介護予防  
いきいきと自立した生活を続けていくために、笑いヨガを通して認知症や転倒予防をしましょう。

◆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。

### ◆笑いヨガでたのしく介護予防

いきいきと自立した生活を続けていくために、笑いヨガを通して認知症や転倒予防をしましょう。

市では、1人でも多くの市民の皆さんに市報をお届けできるように、障がい者団体が配布するふれあい広報ボックス(市報が入っている箱)を設置しています。このたび、7か所の病院、16か所のスーパーマーケット、8か所の金融機関、6か所の大学に加え、3車両のバス、3車両のコミュニティタクシーに設置

## ふれあい広報ボックス にじバス・ コミュニティ タクシーでも 市報を配布

市報の発行は、毎月5日(1月と10月は1日)と20日です。買い物や通院などで利用の際に、ぜひお持ちください。なお、そのほかの配布方法・場所は次の通りです。



にじバスに設置された  
ふれあい広報ボックス

市報の発行は、毎月5日(1月と10月は1日)と20日です。買い物や通院などで利用の際に、ぜひお持ちください。なお、そのほかの配布方法・場所は次の通りです。

また、市報は発行日以降に、小平ホームページでもご覧になれます(郵送希望の場合は問合せ先へ)。

◆秋の特別企画展 第14回日本万華鏡大賞・多摩展  
今年も大賞受賞作をはじめとしたアイディアあふれる万華鏡が約30点並びます。のぞいたときの美しさはもろろん、ユニークな外見や暗闇で光る平日限定の演出も併せてお楽しみください。

## 多摩六都 科学館

◆足腰を長持ちさせる大切さと秘訣  
健康寿命を延ばすために重要なロコモティブシンドローム(運動器症候群)予防。ロコモ予防は、ロコモティブ(骨・筋肉・関節などの運動器)の衰えを予防するのに効果的です。整形外科の専門医がロコモ予防の秘けつを話します。

## 健康づくり講演会 今からはじめるロコモ予防

市報の発行は、毎月5日(1月と10月は1日)と20日です。買い物や通院などで利用の際に、ぜひお持ちください。なお、そのほかの配布方法・場所は次の通りです。

市報の発行は、毎月5日(1月と10月は1日)と20日です。買い物や通院などで利用の際に、ぜひお持ちください。なお、そのほかの配布方法・場所は次の通りです。

◆小平消防署  
上級救命講習  
とき 10月26日(日) 午前9時  
午後5時  
ところ 小平消防署(仲町21)  
費用 教材費2千6百円  
定員 30人  
内容 心肺蘇生法、AED(自動体外式除細動器)取扱要領、異物除去法、外傷の手当、搬送法  
※当日は、動きやすい服装(スカーフ不可)で参加してください。  
※講習修了者に対して、後日、救命技能認定証を交付しますので、82円切手を貼った自宅宛ての封筒を忘れずに持参してください。認定証は、作成に約1か月かかります。

◆多摩小平保健所1階講演会  
子どもの発達障がいへの対応  
とき 10月28日(火) 午前10時  
正午  
ところ 多摩小平保健所1階講堂  
対象 18歳未満の発達障がいのある子どもがいる家族、地域の関係者  
※保育10人あります(先着順)。  
講師 堀内祐子さん(発達障がいハッピーサポート代表)  
申込み 10月14日(火)までに、問合せ先へ(フアクシミリ可)  
◆上手にお医者さんにかかるコツ  
医者にかかったときに困った経験はありませんか。納得、安心して医者にかかる知識・工夫について一緒に考えましょう。

◆健康センター  
健康センターへお問い合わせ  
健康センターへお問い合わせ  
健康センターへお問い合わせ

健康センターへお問い合わせ  
健康センターへお問い合わせ