



平成29年度 乳がん検診

30歳以上40歳未満(昭和53年4月1日～昭和63年3月31日生まれ)の市内在住の女性

とき 6月1日(木)～平成30年2月28日(水)

場所 市内指定医療機関

費用 無料

内容 問診、視診、触診

申込み 平成30年1月31日(水)まで(消印有効)に、はがきに必要事項

乳がん検診申込書

1. 氏名(ふりがな)
2. 住所(〒187- 小平市)
3. 電話番号
4. 生年月日 大正・昭和 年 月 日(満 歳)
5. 希望の医療機関名 ※40歳以上の方のみ必ず記入してください。 第1希望 第2希望 第3希望

乳がん検診日程(40歳以上の方)

とき	検診医療機関	定員
6月上旬～平成30年2月28日(水)	複十字病院(清瀬市)	250人
	一橋病院(小平市)	400人
	桜町病院(小金井市)	150人
	公立昭和病院(小平市)	100人
	小金井つるかめクリニック(小金井市)	500人

※一橋病院はマンモグラフィ撮影後、視触診を別の日の木曜日に行います。
 ※桜町病院は火曜・水曜・金曜日の午後のみ、公立昭和病院は木曜日の午後のみ検診を行います。

項(左図参照)を記入のうえ、問合せ先へ(電話不可)
 ◆40歳以上(昭和53年3月31日以前生まれ)の市内在住の女性
 日程 左表のとおり
 ※7月の健康センター(検診車)での検診は、市報5月5日号(予定)でご案内します。

費用 1千円(生活保護受給者は受診時に生活保護受給証明書を医療機関に提出すれば無料)
 ※国の指針で、受診は2年に1回。
 内容 問診、視診、触診、乳房X線検査(マンモグラフィ検査)
 ※国の指針で、40歳代の方は二方向、50歳以上の方は一方向の撮影。
 申込み 4月28日(金)まで(消印有効)に、はがきに必要事項(左図参照)を記入のうえ、問合せ先へ(電話不可、先着順)
 ※日程表から希望の医療機関を第3希望まで記入してください。

共通

受診できない方 ▼精密検査を受けて治療中または経過観察中である
 ▼申込み後に市外に転出した
 ▼胸部外傷で治療中である
 ▼妊娠中・授乳中である
 ※健康センター、東部・西部出張所、動く市役所に置いてある申込用紙または東京電子自治体共同運営サービスのホームページからも申し込み可能です(携帯電話からは、紙面欄外のQRコードを読み取ってアクセス)

病気の予防や健康維持のために

25歳から39歳までの健康診査

とき 7月1日(土)～平成30年2月28日(水)
 対象 25歳～39歳(昭和53年4月1日～平成30年3月31日生まれ)の

25歳～39歳の健康診査申込み

1. 住所(〒187- 小平市)
2. 氏名(ふりがな)
3. 性別 男・女
4. 生年月日 昭和・平成 年 月 日(歳)
5. 電話番号 ()

※40歳以上で4月1日以前から国民

市内在住の方
 内容 診察、身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査
 申込み 平成30年2月16日(金)まで(消印有効)に、はがきに必要事項(左図参照)を記入のうえ、問合せ先へ(電話不可)
 ※健康センター、東部・西部出張所、動く市役所に置いてある申込用紙または東京電子自治体共同運営サービスのホームページからも申し込み可能です(携帯電話からは、紙面欄外のQRコードを読み取ってアクセス)。
 ※受診に必要な書類は6月下旬から順次発送する予定です。

発達が気になる子どものためのワークショップ

学生と一緒に絵を描いたり工作をしたりします。

ワークショップ 日程

コース	とき	対象・定員
火曜造形ワークショップ	5月9日・16日、6月20日、7月4日・18日、9月26日、10月10日・24日、12月5日・19日、平成30年1月16日・30日の火曜日 全12回	市内在住の発達や障がいがある3歳以上の未就学児 10人
土曜造形ワークショップ	5月20日、6月17日、7月1日・15日、9月30日、10月14日・28日、11月25日、12月2日・16日、平成30年1月20日の土曜日 全11回	市内在住の特別支援学校または特別支援学校に通っている小学1年～3年生とその兄弟姉妹 10人(兄弟姉妹を除く)

※いずれも午後2時40分から4時10分まで。

認知症予防講座

バランス良く目・脳・手足を活性化させ、認知症予防を目指します。
 とき 5月16日～7月4日の火曜
 日 午前10時～11時30分 全8回
 ところ 小川公民館講座室
 対象 市内在住で要介護・要支援認定を受けておらず、認知症の診断を受けていない65歳以上の方
 ※初めての方を優先。

いきいき介護予防講座

◆総合コース
 とき 5月15日～6月19日の月曜
 日 午後2時～3時30分 全6回
 ところ 東部市民センター集会所
 対象 市内在住で65歳以上の方
 定員 30人
 内容 介護予防のための運動、栄養・口くちについての講話と実技

こだ健体操と足指力測定教室

こだ健体操は、足・腰の筋力強化と、全身のバランス能力向上を目的とした、市のオリジナル体操です。
 とき 5月15日(月) 午前10時～11時30分 9時30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・こだ健ゆつくり体操・こだ健イス体操、握力・足指力(下肢筋力)測定ほか
 持ち物 健康手帳・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。
 申込み 当日、会場へ
 問合せ 健康センター ☎042(346)3701

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

とき	内容・持ち物	定員・申込みほか
5月16日(火) 午前9時30分～正午 受付…午前9時10分	筋力アップで美しい姿勢と歩き方(栄養講話(試食あり)・運動実技) 筆記用具、健康手帳・参加カード(お持ちの方)、飲み物、フェイスタオル	※当日、会場へ。 ※保育は13人あります(生後6か月以上(1歳未満は3人まで)、問合せ先へ(先着順))。 ※問診の結果、運動に参加できない場合があります。

※会場は健康センター、対象は市内在住の方です。車での来場はご遠慮ください。

乳幼児健診・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

日程	対象	持ち物	定員・申込みほか
3～4か月児健康診査 5月10日(水)・24日(水) 受付…午後0時15分～1時15分	平成29年1月生まれ	共通…母子健康手帳、健康保険証、印鑑、アンケート用紙 1歳6か月児…歯ブラシ 3歳児…歯ブラシとコップ、子どもの尿	通知…健診日の前月の20日前後 ※おおよそ1時間30分かります。 ※都合の悪い方は、健康センターへご連絡ください。
1歳6か月児健康診査 5月18日(木)・6月1日(木) 受付…午後0時30分～1時15分	平成27年10月生まれ		
3歳児健康診査 5月11日(木)・25日(木) 受付…午後0時30分～1時30分	平成26年4月生まれ		
たんぽぽ広場(親子の健康相談) 5月15日(月) 受付…午前9時30分～10時30分 東部市民センター	生後4か月～4歳未満の乳幼児と保護者	たんぽぽカード(4月以降の初回参加時に配布)、母子健康手帳(発育の確認をしたい方)	当日、会場へ ※出張のため、保育士による手遊びはありません。 ※身長計測は100cmまでです。
かむかむ教室(幼児食講習会) 5月12日(金) 午前10時～正午 受付…午前9時45分から	1歳8か月～3歳6か月の幼児と保護者	親子ともにエプロン、三角巾(代用可)、母子健康手帳	定員…親子20組(先着順)
5月のBCG集団予防接種 5月12日(金)・26日(金) 受付…午後2時～3時30分	生後1歳に至るまで(標準的な接種期間は生後5か月～8か月)	母子健康手帳、BCG予防票	当日、会場へ

※日程欄に記載のない会場は健康センター。車での来場はご遠慮ください。

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	学園東町1-19-12(健康センター内)	042(346)3706(左記診療時間内)
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)			

※応急診療所の診療科目は内科と小児科です。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)

日 程	医療機関名	所在地	電話番号
4月23日(日)	あらかき歯科医院	学園東町2-4-19 ホームズーツ橋101	042(343)8211
4月29日(土・祝)	ほんま歯科医院	鈴木町1-462-3 Fビル101	042(320)8241
4月30日(日)	みはら歯科	小川町1-419-50	042(343)1814
5月3日(水・祝)	平山歯科医院	花小金井4-39-10 本間ビル	042(473)8066
5月4日(木・祝)	羽山歯科クリニック	鈴木町2-150 須崎ビル1階	042(467)8114
5月5日(金・祝)	西村歯科クリニック	小川西町3-18-15 パレスヴィンテージ1階	042(342)5700

※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

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