

身体障害者手帳・愛の手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方へ 福祉タクシー助成

障がいのある方が通院等生活のために利用したタクシーの一部を助成しています。
対象 在宅で市内に住所のある方で、体幹機能および下肢障がいの程度が3級以上の方、視覚障がいの程度が2級以上の方および内部障がいの程度が1級の方、愛の手帳の障がいの程度が2度以上の方、精神障害者保健福祉手帳の障がいの程度が2級以上の方

※ 精神障がいの方は認定審査があります。
助成額 1か月につき3千円を上限として助成します。
【新たに申請する方】 随時受け付けています。対象の方で助成を受けていない方は、申請してください。ただし、ガソリン費助成を受けている方は、福祉タクシー助成を受けられません。

【助成の決定を受けている方】 9月下旬に請求用紙を発送しましたので、請求書を提出してください。
振込日 10月31日(月)

※ 振込日以降、通帳等でお確かめください。金融機関によっては2・3日遅れることがあります。
申請方法 10月11日(消印有効)までに、郵送または直接、タクシーの領収書(平成28年4月〜9月分。利用額面が分かるもの)を請求書に添えて、自立生活支援課へ。

問合せ先 自立生活支援課相談支援係(〒104-8504住所 不要・市役所第二庁舎2階 ☎042-387-9841)

ご利用ください 障がい別相談・ 嘱託医相談

障害者地域自立生活支援センターでは、障がいのある方と家族の生活全般と医療の相談を行っています。(左表) 相談を希望する方は、電話でご予約のうえ、直接、同センターへお越しください。
申込 障害者地域自立生活支援センター(☎042-381-8811 FAX042-383-8488)

相談種別	相談日程	相談種別	相談日程
機能訓練(療法士相談)	毎週月曜・木曜日 随時(要予約)	精神障がい(心の悩み相談)	11月1日、12月13日、平成29年1月31日、3月14日 日曜日午後1時〜3時
知的障がい	11月15日、12月27日、平成29年2月14日 日曜日午後1時〜3時	内部障がい	11月8日、12月20日、平成29年2月7日、3月21日 日曜日午後1時〜3時
肢体不自由	10月11日、11月22日、平成29年1月10日、2月21日 日曜日午後1時〜3時	内科医	毎月第1木曜日 午後1時〜3時
視覚障がい	10月18日、11月29日、平成29年1月17日、2月28日 日曜日午後1時〜3時	整形外科医	毎月第3木曜日 午後1時〜3時
聴覚障がい	10月25日(火)、12月6日(火)、平成29年1月24日(火)、3月11日(土) 午後1時〜3時	精神科医	毎月第4木曜日 午後1時30分〜3時30分

健康ガイド 健康課(保健センター) 健康課健康係(☎042-321-1240)

保健師などの講話の後、運動指導士の指導で楽しく体を動かしましょう。
とき 11月19日(土) 午前9時30分〜午後0時30分
ところ 保健センター
対象 20〜64歳の方
定員 30人(申込順)
その他 指先で血管年齢測定を行います。
申込 10月3日から、電話で健康課へ。

集団健康診査
とき 12月2日(金)、3日(土)、5日(月)、6日(火)、いずれも午前9時〜11時、午後1時30分〜3時(5日は午後のみ)
対象 健康診査の受診機会のない方で次のいずれかに該当する方
①平成29年3月31日現在35〜39歳の方②生活保護等、健康保険未加入の方③平成29年3月31日現在40歳以上で、平成28年4月2日以降に健康保険が変った方
定員 100人(多数抽選)
その他 ▽時間の指定はできません。▽申し込み状況により日程を短縮する場合があります。▽希望者が多数の場合、別の日をご案内することもあります。▽受診の可否は11月中旬までに通知します。
申込方法 10月11日(必着)までに、郵送(1人1通)で「集団健康希望・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号・対象の①〜③の

別・希望日(3つまで)を明記し、健康課へ。
【障がいのある方】
とき 12月5日(月) 午前9時〜11時
対象 平成29年3月31日現在16〜39歳で心身に障がいのある方
定員 50人(多数抽選)
申込方法 10月11日(必着)までに、郵送(1人1通)で「障がい者健康希望・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号を明記し、健康課へ。」
共通
ところ 保健センター
内容 問診、身体計測(身長・体重・BMI・腹囲)、身体診察、血圧測定、血液検査(中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール・空腹時血糖・HbA1c・GOT・GPT・γ-GTP・肝炎ウイルス)、尿検査(尿糖・尿蛋白)、胸部レントゲン検査
費用 無料
問合せ先 健康課(〒104-0015 貴井北町5-18-18)

小金井8020(ハチマルニイマル)応援団
11月8日の「いい歯の日」にちなみ、小金井歯科医師会では、8020運動の一環として「8020応援団」を開催します。
8020運動とは「80歳になっても20本以上の自分の歯を保とう」という運動です。

妊婦歯科健診
とき 11月7日(月) 午後1時から、1時15分から、1時30分から(終了は3時ごろ)
ところ 保健センター
対象 おおむね16〜27週の妊婦の方
定員 20人(申込順)
申込 10月3日から、電話で健康課へ。

愛の献血
とき 10月13日(木) 午前9時30分〜11時30分、午後1時〜4時
ところ 市役所本庁舎駐車場
対象 16〜64歳の方
※ 60〜64歳に献血経験のある方は、69歳まで献血することができます。
実施団体 東京都赤十字血液センター
問合せ先 健康課

**市民公開講座
認知症と歯科ー認知症になる前にならざるに
認知症にならざるに**
お口の中の健康は、肺炎や認知機能の低下など全身の健康につながります。今回は、口腔ケアの重要性についてお話しします。ぜひ、ご参加ください。
とき 11月2日(水) 午後1時30分〜3時(1時受付開始)
ところ 市民会館・萌え木ホール

**「乳がん検診」知って
おごっくごっく**
妊娠経験が無い方や初産年齢が高かった方、初潮が早かった方や閉経が遅かった方、肥満の方、乳がんにかかれたご家族がおられる方、このような方に乳がんが発生しやすい(乳がんのリスクが高い)と言われています。
「超音波検査(エコー)による乳がん検診」は、妊婦さんにも安心して行える、痛くない検査です。乳腺は白、脂肪は灰色(くすんだ白)に映り、乳がんは黒く映ります。白い背景から黒いものを探すことになり、乳がんの影が目立たない可能性があります。「細かい石灰化」の検出に優れており、全体を一眼に見ることができ、機器の精度に基準があるため検査に客観性があります。
「乳がん検診」は40歳からが勧められますが、早期の発見は、完治する可能性が高くなります。乳がんのリスクの高い方は若くても受診をお勧めします。
小金井市医師会
羽木 裕雄

**多摩府中保健所
各種相談のご案内**
ご家族のみの相談でも構いません。事前予約が必要ですので、詳しくはお問い合わせください。
相談名 ▽精神保健医療相談(こころの相談) ▽思春期相談 ▽老人精神保健相談(認知症等) ▽アルコール相談
問合せ先 多摩府中保健所(☎042-362-2334)

東京都・子供の健康相談室
受付時間 ▽平日 午後6時〜11時 ▽休日(土曜・日曜・祝日) 午前9時〜午後11時
☎#80009(プッシュ) 回線の固定電話 携帯電話 ☎03-5285-8898

24時間テレホンサービス
▽東京消防庁救急相談センター ☎#7119(プッシュ) 回線の固定電話 携帯電話 ☎042-521-2323
▽東京都保健医療情報センター・医療機関案内センター ☎03-5272-1030
聴覚障害者向け専用FAX ☎03-5285-18080

小児救急(365日24時間)
▽武蔵野赤十字病院 武蔵野市境南町1-26-1 ☎0422-321-3111

10月1日(土)〜31日(月)に小金井歯科医師会会員診療所で歯数の判定を無料でを行い、80歳以上で20本以上の歯を有すると認められた方を8020運動達成者として表彰し、後日、表彰状、記念品をお渡しします。
問合せ先 小金井歯科医師会(☎042-385-0303)

ピンクリボン運動
「ピンクリボン」は、乳がんの早期発見・早期診断・早期治療の大切さを伝えるシンボルマークです。東京都では、がんの予防・早期発見の推進を図るとして、がん検診の受診率が向上するよう取り組んでいます。市でも昨年同様、乳がんの普及啓発活動を実施します。
問合せ先 健康課

むし歯予防教室
とき 11月10日〜24日の毎週木曜日午前9時から(受け付けは9時15分まで)
ところ 保健センター
内容 歯磨き練習、栄養講話など
※ むし歯予防教室受講後、希望者は引き続き歯科健診も受けることができます。(終了は11時30分ごろ)
対象 平成26年4月生まれ(2歳6か月)〜27年10月生まれ(1歳)の幼児
※ 転入等で対象年齢を過ぎている場合は、ご相談ください。
定員 各日12人(申込順)
申込 10月3日から、電話で健康課へ。

健康メモ
乳がん検診は、放射線の被曝を受けるので、妊婦さんには行えません。また、撮影するために乳房を挟み込まなければならぬので痛みを伴います。小さな乳房では乳房を挟むのが困難なことがあります。乳腺は白く、脂肪は黒く、乳がんは白く映ります。40歳以上(特に閉経後)の乳房は、乳腺が少なく脂肪が多いため、乳房全体は黒く映り、乳がんは白く映ります。40歳以上(特に閉経後)の乳房は、乳腺が少なく脂肪が多いため、乳房全体は黒く映り、乳がんは白く映ります。40歳以上(特に閉経後)の乳房は、乳腺が少なく脂肪が多いため、乳房全体は黒く映り、乳がんは白く映ります。

治療の大切さを伝えるシンボルマークです。東京都では、がんの予防・早期発見の推進を図るとして、がん検診の受診率が向上するよう取り組んでいます。市でも昨年同様、乳がんの普及啓発活動を実施します。
問合せ先 健康課

10月1日(土)〜31日(月)に小金井歯科医師会会員診療所で歯数の判定を無料でを行い、80歳以上で20本以上の歯を有すると認められた方を8020運動達成者として表彰し、後日、表彰状、記念品をお渡しします。
問合せ先 小金井歯科医師会(☎042-385-0303)

妊婦歯科健診
とき 11月7日(月) 午後1時から、1時15分から、1時30分から(終了は3時ごろ)
ところ 保健センター
対象 おおむね16〜27週の妊婦の方
定員 20人(申込順)
申込 10月3日から、電話で健康課へ。

愛の献血
とき 10月13日(木) 午前9時30分〜11時30分、午後1時〜4時
ところ 市役所本庁舎駐車場
対象 16〜64歳の方
※ 60〜64歳に献血経験のある方は、69歳まで献血することができます。
実施団体 東京都赤十字血液センター
問合せ先 健康課

**市民公開講座
認知症と歯科ー認知症になる前にならざるに
認知症にならざるに**
お口の中の健康は、肺炎や認知機能の低下など全身の健康につながります。今回は、口腔ケアの重要性についてお話しします。ぜひ、ご参加ください。
とき 11月2日(水) 午後1時30分〜3時(1時受付開始)
ところ 市民会館・萌え木ホール

**「乳がん検診」知って
おごっくごっく**
妊娠経験が無い方や初産年齢が高かった方、初潮が早かった方や閉経が遅かった方、肥満の方、乳がんにかかれたご家族がおられる方、このような方に乳がんが発生しやすい(乳がんのリスクが高い)と言われています。
「超音波検査(エコー)による乳がん検診」は、妊婦さんにも安心して行える、痛くない検査です。乳腺は白、脂肪は灰色(くすんだ白)に映り、乳がんは黒く映ります。白い背景から黒いものを探すことになり、乳がんの影が目立たない可能性があります。「細かい石灰化」の検出に優れており、全体を一眼に見ることができ、機器の精度に基準があるため検査に客観性があります。
「乳がん検診」は40歳からが勧められますが、早期の発見は、完治する可能性が高くなります。乳がんのリスクの高い方は若くても受診をお勧めします。
小金井市医師会
羽木 裕雄