



健康ガイド

健康課健康係 ☎042-321-1240

健康課(保健センター)
福祉会館5階(保健会場)
(貴井北町5-18-18)
(中町4-15-14)

健康講演会

腰痛・肩こりと対処方法について

とき 2月25日(木) 午後1時30分～3時

ところ 福祉会館5階
講師 浅沼和生さん(市医師会会員)
定員 50人(申込順)
申込 1月15日から、電話で健康課へ。

BCG接種

とき 2月4日(木)、18日(木) 午前9時30分～10時45分

ところ 保健センター
対象 1歳未満の乳児(標準的な接種年齢は、生後5か月～8か月未満)
注意事項 前日の夜から接種する腕(左腕)への塗り薬は控えてください。
申込方法 当日直接会場へ。
問合先 健康課



妊婦歯科健診

とき 2月29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)

各種事業案内

問合先 健康課

	とき	ところ	内容
乳幼児健康相談 (のびのび広場相談)	2月3日(水) 13:30～15:30	公民館貫井南分館	▷身体測定、育児および保健・栄養相談 ▷母乳相談(婦人会館、公民館東分館のみ)
	2月9日(火) 13:30～15:30	婦人会館	▷歯科相談(公民館東分館のみ) ▷身体測定のみも可。気軽に直接会場へお越しください。
	2月17日(水) 13:30～15:30	公民館東分館	
成人健康相談 (医師・保健師)	2月12日(金) 13:30～15:30	福祉会館5階	[担当医] 原崎(内科健診結果説明) 大玉(呼吸器内科) ▷血压測定、健康相談など ▷医師との相談は13:30～14:45(要予約)
	2月26日(金) 13:30～15:30	公民館東分館	三澤(内科健診結果説明) 千賀(皮膚科)
栄養相談 (管理栄養士)	2月19日(金) 13:30～15:30	保健センター	▷食生活で気になることや食事療法、離乳食など ▷要予約 ▷別の日程を希望の方は、ご相談ください。
保健師・管理栄養士・歯科衛生士による電話相談は随時受け付けます。	2月25日(木) 2月4日(木)、18日(木) いずれも 9:30～11:30	保健センター	▷身体測定、育児および保健相談 ▷助産師の日は母乳相談(妊婦含む) ▷身体測定のみも可 ▷相談は要予約

健康課へ。
簡単! バランスよく
おいしい食事

ふだん料理をする人も、しない人も、バランスのとれた食事を簡単に作ってみませんか。
とき 2月23日(火) 午前10時～正午

離乳食教室

3回食への進め方

とき 2月26日(金) 午後2時～3時30分

ところ 福祉会館5階
内容 管理栄養士・歯科衛生士による講義、試食など
対象 おおむね8～11か月の保護者
定員 18人(申込順)
その他 母子同室です。子ども連れの方は、申込時にお伝えください。
申込 1月15日から、電話



2月の乳幼児・産婦健康診査

左表のとおり実施します。対象の方には、案内状を郵送しますので、届かない方は、ご連絡ください。
問合先 健康課

健康診査名	とき	対象
3～4か月児・産婦健康診査	2/4(木)	平成27年10月生まれの乳児と母親
	/18(木)	
1歳6か月児健康診査	2/2(火)	平成26年7月生まれの幼児
	/16(火)	
3歳児健康診査	2/10(水)	平成25年1月生まれの幼児
	/24(水)	

福祉のひろば

認知症高齢者を支える介護者の方への介護の方法

とき 2月6日(土) 午後1時～3時

ところ 本町高齢者在宅サービスセンター
対象 市内在住・在勤で、認知症高齢者の介護をされている方、認知症ケアに関心のある方
定員 15人(申込順)
申込 1月15日から、同センター ☎042-388-8011

まなぶ・語る・つながる 家族の会

誰でも簡単に作れる介護食や栄養補助食品の使い方を管理栄養士と一緒に学びませんか。
なね、介護が必要な方がいて、参加が難しい方はご相談ください。
とき 2月6日(土) 午後1時～3時
ところ 小金井ひがし地域包括支援センター
定員 15人(申込順。介護者を優先)
申込 1月15日から、同センター ☎042-388-6514

高齢者いきいき活動講座

デッサン入門から水彩植物画まで

鉛筆デッサンの基本から始め、後半では植物画を描き、水彩絵の具で仕上げます。
とき 1月27日～3月16日

申込 1月18日から、電話でシルバー人材センター ☎042-383-6141へ。



精神保健福祉ボランティア養成講座

心のやまいつてなんだろう?
精神科医や家族会の方を講師に迎え、精神障がいへの理解を深めます。また、障がいのある方やボランティアとの交流会も行います。
とき 2月5日～26日の毎週金曜日午後2時～4時(全4回)
ところ 前原暫定集会施設A会議室
定員 20人(申込順)
参加費 500円(資料代)
申込 1月15日から、電話または直接、小金井ボランティア・市民活動センター(福祉会館2階 ☎042-387-0001)へ。

シニア向け 確定申告個別相談会

武蔵野税務署の担当者を招いて無料の個別相談会を開催します。
なね、確定申告に必要な書類・証明書等をお持ちいただければその場で申告することもできますので、ぜひ、お越しください。
とき 2月5日(金) 午前10時～正午、午後1時～4時(1人30分)
ところ シルバー人材センター1本町作業所(本町6-15-16)
対象 市内在住の60歳以上の方
定員 15人(申込順)



障害者福祉センター リハビリのご利用を

自立した日常生活や社会生活を営むことができるように、身体機能・生活能力の維持向上等に必要なりハビリを実施しています。
ご利用を希望する方は、ご相談ください。

障害者福祉センター リハビリのご利用を

自立した日常生活や社会生活を営むことができるように、身体機能・生活能力の維持向上等に必要なりハビリを実施しています。
ご利用を希望する方は、ご相談ください。

善意の輪

市取扱い
◎12月分(敬称略)
【がんばれ小金井寄附金】
◆教育に関するもの
▽10万円▽渡邊嘉二郎
社会福祉協議会取扱分
◎11月分(敬称略)
【一般寄附】
▽4万4千500円▽全国大陶器市振興組合 ▽1万3千785円
▽ガレッジセールみもぎ ▽1万3千円▽貫井神社総代一同 ▽961円▽匿名
【特定寄附】
◆障がい者のために
▽千731円▽草間春子トナーズ
◆バス購入のために
▽98万3千433円▽市社会奉仕団体連絡協議会 ▽6千192円
▽緑町第三町会 ▽4千976円
▽貫井南町東自治会 ▽4千631円▽貫井坂下自治会連合会
▽4千225円▽貫井坂下中組自治会 ▽4千577円▽身体障害者福祉協会

