

難病医療費 助成制度の対象拡大

平成27年1月から始まった新たな難病医療費助成制度の対象疾病について、7月1日から脳疾病が追加され、全体で306疾病が対象となりました。

詳しくは、お問い合わせいただくか、都福祉保健局のホームページ（http://www.fu.kushinken.metro.tokyo.jp/）をご覧ください。

問合先 都福祉保健局疾病対策課コールセンター（☎03-5320-4004）、市自立生活支援課福祉係（☎042-387-9842）

シニア向けマシン トレーニング教室

介護予防を目的に、マシンを使用した筋力向上トレーニングや体操指導を行います。



とき 8月20日（木）～11月26日（木）の火曜・木曜日 午前10時～正午（全26回）

講師 渡部睦人さん（理学療法士）

対象 市内在住で65歳以上の要支援・要介護認定を受けていない方（過去に参加した経験のある方を除く）

定員 10人（多数抽選）

参加費 千円（保険代）

問合先 自立生活支援課相談支援係（☎042-387-9842）

「マシン教室係」（〒202-0023 西東京市新町1-11-25 ☎042-471-8686）へ。

精神障がい回復途上者 デイケア事業

精神障がいの方の仲間作りや、人との関わりの練習を、専門の職員がサポートしながらプログラムを通じて行います。

とき 毎週金曜日午前10時～正午

ところ 栗山公園健康運動センターほか

対象 市内在住で精神科に入院している方

申込方法 電話で、あん福祉会（☎042-385-1126）へ。

平成26年度 福祉サービス 苦情調整委員 制度の運営状況

福祉サービス苦情調整委員（福祉オンブズマン）制度は、市が実施または関与する福祉サービス全般について、内容等が納得できない、直接苦情を言いにくいなどの場合に、公正な第三者的機関である福祉オンブズマンに苦情等の申し立てや相談をすることのできる市独自の仕組みです。

福祉オンブズマンが苦情等を受けると、市や関係者から事情を聞くなど、調査、審査等を行います。この結果、苦情等に理由

がある認められるときは、市長に対して、サービスの見直しを勧告したり、制度を改めるよう意見表明します。

「福祉オンブズマンは 次の方です」

- ▽ 栗林武史さん（弁護士）
- ▽ 坂井愛さん（弁護士）

「寄せられた 苦情相談等は12件」

平成26年度中に福祉オンブズマンが対応した苦情相談等は、面接によるものが12件でした。

その内容は、介護保険3件、障害者福祉4件、児童福祉4件、生活保護1件でした。

福祉オンブズマンは、市民の皆さんから寄せられた苦情等の内容を丁寧に聴くという姿勢での対応を心がけ、それぞれの事例に応じて申立人への説明や助言、

ポーターのシンボルである、オレンジリングを差し上げます。

申請 7月1日から、同センター（☎042-388-8400）へ。

戦没者等の遺族の方へ 第十回特別弔慰金 申請受付

対象 平成27年4月1日現在、「恩給法」による公務扶助料や「戦傷病者戦没者遺族等援護法」による遺族年金等を受ける方（戦没者等の妻や父母等）がいない場合に、最先順位の方1人

申請期間 平成30年4月2日まで

問合先 地域福祉課地域福祉係（☎042-387-9915）

「直接お越しの場合」

原則として、水曜日の午後1時～5時に、福祉会館2階の相談室で福祉オンブズマンが直接面談して、苦情等をお聴きします。

なお、水曜日以外の日は、事務局職員が予約を受け付けて、日程を調整します。

【電話などによる場合】

電話、ファクス、手紙等でも苦情や相談をお受けします。後日、福祉オンブズマンに直接申し立ていただきます。

問合先 福祉サービス苦情調整委員事務局（〒184-0012 中町4-15-14 福祉会館2階 ☎042-333-1225）



健康 ガイド

健康課健康係 ☎042-321-1240

子宮頸がん検診・乳がん検診無料クーポン券 送付

市では、特定の年齢の方を対象に、子宮頸がん検診と乳がん検診の無料クーポン券を7月上旬に送付します。

子宮頸がん検診と乳がん検診は、2年に1回の受診が推奨されています。ぜひ、この機会に受診してください。

受診期間や申込方法等は、同封の案内をご覧ください。

対象 平成27年4月1日現在次の年齢の女性

- ▽ 子宮頸がん検診①20歳②22、27、32、37歳
- ▽ 乳がん検診①40歳②42、47、52、57歳

※②は、平成21～25年度に市の子宮頸がん検診、乳がん検診を受診していない方のみ対象

その他 無料クーポン券は平成27年4月20日現在、お住まいの市区町村で発行されません。それ以降に転入した方で対象要件を満たす方は、ご連絡ください。

妊婦歯科健診

とき 8月3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 7月1日から、電話で健康課へ。

むし歯予防教室

とき 8月6日、20日、27日、いずれも木曜日午前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25年1月生まれ（2歳6か月）～26年7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。

健康講演会

定員 各日12人（申込順）

申込 7月1日から、電話で健康課へ。

生活習慣病について

糖尿病などの生活習慣病と予防方法について学びます。

とき 7月30日（木）午後1時30分～3時

ところ 福祉会館5階

講師 丸茂恒二さん（市医師会会員）

離乳食教室

3回食への進め方

とき 8月7日（金）午後1時30分～3時30分

ところ 保健センター2階

内容 管理栄養士・歯科衛生士による講話、試食など

対象 おおむね8～11か月児の保護者

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 7月1日から、電話で健康課へ。

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

問合先 多摩府中保健所（☎042-362-2334）

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（9）ブ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・医療機関案内ひまわり ☎03-5272-0303

聴覚障害者向け専用 ☎03-5285-1808

小児救急（365日24時間）

▽武蔵野赤十字病院 武蔵野市境南町1-26-11 ☎0422-321-3111



健康メモ

熱中症について

高温多湿なこの時期、熱中症警報が出される危険な季節になってきました。

熱中症とは、暑さ等による体の障害の総称です。体温上昇を伴わない日射病等と、著明な体温上昇を伴う熱射病等に分類されます。体温上昇が著明であれば、循環血液量の減少や塩分の欠乏した脱水が強く、多くの内臓の障害が出てきて、死亡することもあります。

ちょっとした体の水分量の変化で急変しやすい乳幼児や高齢者はこの時期注意が必要です。乳幼児は遊びに熱中すると汗が出ていても症状に気付かず遊びを続けて、帰ってきてぐったりしたりすることもあります。また、高齢者は乾いた感覚が鈍く、夜間に体調の

変化が出現し、朝発見された時点で手遅れということも見られます。

熱中症の予防には、高温多湿で熱中症警報が出ている時は外での運動は避け、水分を摂取しながら涼しいところにいること、通常も疲れが残らないように睡眠を十分にとることにすること、当然、睡眠時の適度の冷房の使用も必要です。

もし熱中症になった時には、意識がはっきりしていれば、意識がはっきりしていなくても、涼しいところへ横たうと、同時に体を冷やしながら、救急車をすぐに呼んでください。

小金井市医師会 石川 裕之

東京都母子の健康相談室 受付時間 ▽平日 午後5時～10時 ▽休日（土曜・日曜・祝日） 午前9時～午後5時

☎8000011ブッシュ回線の固定電話、携帯電話 ☎03-5285-1889