

### 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

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。  
**障がい別相談**  
11月1日、12月13日、平成29年1月31日、3月14日、いずれも火曜午後1時〜3時  
11月8日、12月20日、平成29年2月7日、3月21日、いずれも火曜午後1時〜3時  
**内科医** 毎月第1木曜日午後1時〜3時  
**整形外科医** 毎月第3木曜日午後1時〜3時  
**精神科医** 毎月第4木曜日午後1時30分〜3時30分

**嘱託医相談**  
11月11日、12月22日、平成29年1月10日、2月21日、いずれも火曜午後1時〜3時

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、いずれも火曜午後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、いずれも火曜午後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、いずれも火曜午後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、いずれも火曜午後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、いずれも火曜午後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 (貫井北町5-18-18)

#### 血管若返り教室 生活習慣病 予防基礎編

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、別の日をのご案内することもあります。

**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貫井北町5-18-18)

### 10月1日(土)〜31日(月) 小金井歯科医師会 会員診療 所で歯数の判定を無料で 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。

#### 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。

#### 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 こと

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

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。

### 健康メモ おごつ欲ごつ

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、乳がんにかから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るため、若く乳腺の豊富な乳房ではコントラストがつくことになり(メリハリがついて)乳がんを発見しやすいと言えます。しかし、この検査では全体を一眼に見ることができません。大きな乳房では、見落とされる部分が出る危険性があります。医師以外が検査をした場合は、撮影された画像を見て医師が診断をつけることになるので、きれいな画像が撮られていないければ、正しく診断できません。

#### 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。

#### むし歯予防教室

**とき** 11月10日〜24日の毎

**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

**定員** 各日12人(申込順)

**申込** 10月3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 ☎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

### 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

**定員** 各日12人(申込順)

**申込** 10月3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 ☎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

#### 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

#### 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

#### 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