

健康ガイド

健康課(保健センター)
 ☎042-321-1240
 〒184-0015
 貴井北町5-18-18

両親学級

時1月22日(土)午前10時～11時30分所保健センター内沐浴実習対おむね16・27週の妊婦またはパートナーの方(妊娠週数は目安です。初産婦の方のみ)定22人(各家庭1人。申込順)申12月1日から、電話で健康課へ

離乳食教室

【1回食への進め方】
 時1月18日(火)午前10時30分～11時15分、11時30分～午後0時15分対おむね4・5か月児の保護者

【2回食への進め方】

時1月18日(火)午後2時45分～3時45分対おむね6・7か月児の保護者

【3回食への進め方】

時1月7日(金)午後1時30分～2時45分対おむね8・11か月児の保護者

◇共通◇

所保健センター内歯科衛生士(1回食を除く)・管理栄養士による講義など定各回9人(申込順)他母子同室です申12月1日から、電話で健康課へ

むし歯予防教室

時1月11日～25日の毎週火曜日午前9時45分から、10時15分から所保健センター内歯磨きや栄養の相談など※希望者は歯科健診も受けることができます対令和元年6月生まれ(2歳6か月)～2年12月生

まれ(1歳)の子ども※転入等で対象年齢を過ぎている場合は、ご相談ください定各回5人(申込順)申12月1日から、電話で健康課へ

薬物乱用防止ポスター・標語展示会

市内の中学生が作成した薬物乱用防止をテーマとするポスターおよび標語(入賞作品)の展示会を開催します。時12月15日(水)～20日(月)午前9時～午後10時(15日は正午から、20日は午後1時まで)



眼瞼けいれんとは

眼瞼けいれんという病気をこ存じでしょうか。けいれんという言葉から想像されるようなまぶたがピクピクする病気ではなく、スムーズな瞬きが上手くできなくなり不快な症状が出てくる病気で、症状も目がしょぼしょぼする、まぶしい、目の周辺が不快、痛い、目が乾く感じなどドライアイに似た症状を呈するのが特徴です。抑うつ、不眠など精神症状を持つ人もいて、うつ病など間違えられることもありま

40～50歳以上に多く、女性に多い。目の2.5倍も多いです。目が全く開けられないほどの重症例は少ないですが、軽症例を含めると、日本には少なくとも30～50万人以上の患者さんがいると推定されています。しかめ面のような表情になるのが特徴です。

子ども子育て

予防接種等保健衛生事業は健康ガイドへ

ひとり親家庭等医療費助成の申請受付

18歳に達した年度の末日(障がいがある場合は20歳未満)までの児童がいるひとり親家庭などに対して、医療保

多くの場合は原因不明ですが、安定剤、睡眠導入薬、抗精神病薬の服用や化学物質への暴露が原因や誘因になっている場合もあり、その場合は可能な限りこれらの薬を中止したり、暴露しないようにすることが大切です。

根治的に治す方法はありません。最も用いられる治療は対症療法(症状を改善する治療)で、目の周りの皮膚にボツリヌス毒素Aを少量注射して、目の周りの筋肉を緩める方法です。これによりかなりの方が症状が落ち着き以前よりも薬に日常生活が送れる可能性があります。ほかに、クラッチ眼鏡のように眼鏡に目の周りの筋肉を刺激するものを取り付けてまぶたを開きやすくする方法もありますが、いずれも補助的な治療です。当ではまるような症状がない方はぜひ専門の先生に相談してください。

小金井市医師会 南雲 はるか

険の自己負担すべき額から一部負担額を除いた額を助成します。今まで受給していなかった方でも、令和2年中の所得が制限内の方は、令和4年1月1日から受給できる場合があります。

市民講座

時12月15日(水)午後2時～2時30分所公民館東分館対市内在住・在勤・在学の0～2歳児と保護者定10組(申込順)申12月1日から、電話または直接、図書館東分室(☎042-383-4550)へ

親子で楽しむクリスマスツリーとオーナメント

時12月11日(土)午前10時～正午所公民館本館佐野幸子さん(手仕事講師)対市内在住・在学の小学生と保護者定8組(多数抽選)¥500円申12月6日(必着)までに、往復はがき(1組1通)に住所・子どもと保護者の氏名・子どもの学年と保護者の年齢・電話番号を明記し、公民館本館「親子で楽しむクリスマスツリーとオーナメント係」(〒184-0004本町2-15-11 ☎042-383-1184)へ

子ども家庭支援センター

「ゆりかご」をゆっくりご案内します。プレママ・プレパパも参加できます。時12月16日(木)午前10時30分～11時所保健センター対未就学児と保護者申電話または直接、子ども家庭支援センタ

初めの方に親子あそびひろば「ゆりかご」をゆっくりご案内します。プレママ・プレパパも参加できます。時12月16日(木)午前10時30分～11時所保健センター対未就学児と保護者申電話または直接、子ども家庭支援センタ

1(☎042-321-3141)月曜・日曜・祝日を除く)へ
 赤ちゃんのためのおたのしみ会
 時12月15日(水)午後2時～2時30分所公民館東分館対市内在住・在勤・在学の0～2歳児と保護者定10組(申込順)申12月1日から、電話または直接、図書館東分室(☎042-383-4550)へ

赤ちゃんとのおたのしみ会

時12月15日(水)午後2時～2時30分所公民館東分館対市内在住・在勤・在学の0～2歳児と保護者定10組(申込順)申12月1日から、電話または直接、図書館東分室(☎042-383-4550)へ

親子で楽しむクリスマスツリーとオーナメント

時12月11日(土)午前10時～正午所公民館本館佐野幸子さん(手仕事講師)対市内在住・在学の小学生と保護者定8組(多数抽選)¥500円申12月6日(必着)までに、往復はがき(1組1通)に住所・子どもと保護者の氏名・子どもの学年と保護者の年齢・電話番号を明記し、公民館本館「親子で楽しむクリスマスツリーとオーナメント係」(〒184-0004本町2-15-11 ☎042-383-1184)へ

子ども家庭支援センター

「ゆりかご」をゆっくりご案内します。プレママ・プレパパも参加できます。時12月16日(木)午前10時30分～11時所保健センター対未就学児と保護者申電話または直接、子ども家庭支援センタ

初めの方に親子あそびひろば「ゆりかご」をゆっくりご案内します。プレママ・プレパパも参加できます。時12月16日(木)午前10時30分～11時所保健センター対未就学児と保護者申電話または直接、子ども家庭支援センタ

令和4年度学童保育所入所申し込み

12月15日(水)まで

■受付期間12月15日(水)(必着)まで
 ※窓口受付は12月6日(月)から(11日は除く)。12日(日)は午前9時～午後1時に受け付けます
 対市内在住で、保護者の就労等により放課後の保育を受けることができない児童で、令和4年4月1日時点で、次のいずれかに該当する児童
 △小学校3年生までの児童
 △愛の手帳3・4度、身体障害者手帳5・7級を所持または医師の診断書を提示し、学童保育所での集団生活に支障がないと認められる小学校4年生までの児童
 ■定員等左表のとおり
 ※学童保育所内の第1～5の指定はできません
 19847)

学童保育所名	学区域	定員	住所・電話番号
さくらなみ第1	第一小学校	60人	本町1-2-13 (☎042-383-1183)
第2		50人	
第3(暫定)		40人	
たけとんぼ第1	第二小学校	55人	桜町2-3-60 (☎042-383-5488)
第2		35人	
あかね 第1～第5	第三小学校	各所40人	梶野町5-7-33・38 (☎042-385-3370)
さわらび 第1	第四小学校	60人	貫井南町3-6-27 (☎042-383-5489)
第2		30人	
たまむし 第1	東小学校	60人	東町4-25-7 (☎042-385-9280)
第2		30人	
第3(暫定)		40人	
まえはら 第1	前原小学校	60人	前原町3-3-16 (☎042-383-1179)
第2		30人	
第3(暫定)		40人	
ほんちょう 第1	本町小学校	60人	本町5-4-25 (☎042-385-3360)
第2(暫定)		30人	
みどり 第1	緑小学校	60人	緑町4-18-25 (☎042-383-1178)
第2		20人	
第3(暫定)		40人	
みなみ 第1	南小学校	40人	前原町2-2-21 (☎042-383-1167)
第2		40人	