

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

子宮がん検診

時10月1日(土)～12月29日

(木)所市内契約5医療機関、
 国分寺市内契約6医療機関
 令和5年3月31日現在20歳以上の女性で、令和3年4月以降に市の子宮がん検診を受診していない方**定**800人(多数抽選) ※千円※生活保護世帯・住民税非課税世帯の方は減免

健康メモ

お薬残っていませんか?

医療機関から処方された薬を飲み残して、ご自宅にたまってはおられませんでしょうか?

厚生労働省の調査(平成25年度)では、薬が残っている患者さんがいると答えた薬局は約9割、薬が残った経験があると答えた患者さんは約5割にのぼるという結果が出ています。

薬が残ってしまう理由はさまざまです。飲み忘れが積み重なってしまったり、飲む回数や数を間違えてしまったり、複数の医療機関から同じ処方を受けていたり、ご自分の判断で飲むのを中断してしまったり等です。

薬を適切に飲めないとい治療の遅れや病状の悪化を招く可能性があります。症状が

制度あり他申込結果は、9月中旬に郵送**申**8月15日(消印有効)までに、郵送で「子宮がん検診希望」・住所・氏名・生年月日・電話番号を明記し、健康課へ※市ホームページから申請可

乳がん検診

医療機関でのマンモグラフィ検査です。

①桜町病院

時10月4日～12月28日の火曜・水曜・金曜日の午後**定**100人(多数抽選)

②小金井つるかめクリニック

改善しないからとさらに薬を追加となり悪循環となることもあります。

また、残った薬の薬剤費は75歳以上の方に限っても年間おおよそ500億円にのぼると推計されています。

残っている薬がありましたらどうぞ遠慮なさらずに医師、看護師、薬剤師に相談してみてください。

薬を飲むタイミングが生活・仕事と合わないのなら飲む時間や回数を変える等のご提案をすることもできます。

残った薬を薬局にお持ちいただければ薬剤師が薬の状態や数を確認し、医師と連携し次に処方される薬の日数や量を調整することもできます。

適切な治療につなげると、飲み間違いによる危険を減らすこと、医療費節約のためにも、薬が残らないようにすることは大切です。

小金井市医師会
 田崎 尋美

時10月1日～12月30日(日曜日を除く)**定**250人(多数抽選)

③東小金井さくらクリニック
 時10月3日～12月29日の月曜～金曜日(水曜日の午後を除く)**定**100人(多数抽選)

◇共通◇

離乳食教室

時9月13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9月13日(火)午後2時30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9月16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

糖病予防教室

時9月2日(金)、9日(金)午後1時30分～4時30分(全2回) 所上之原会館**内**糖尿病・食生活についての講義と運動**対**市内在住で、令和4年3月31日現在20歳以上の**定**10人(申込順) **申**8月1日から、電話で健康課へ

むし歯予防教室

時9月1日～22日の毎週木曜日午前9時から、9時30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

時9月2日(金)午前10時～午後0時30分②3日(土)午前9時30分～正午**所**保健センター**内**妊娠、出産、育児の話、沐浴実習等**対**おむね16～27週の妊婦・パートナーの方(妊娠週数は目安です。初産婦の方のみ) **定**①24人(各家庭2人可)②18人(各家庭1人) ※いずれも申込順**申**8月1日から、電話で健康課へ

妊婦歯科教室

時9月5日(月)午後0時45分から、1時45分から、2時45分から**所**保健センター**内**歯科衛生士による、歯磨き練習・各種測定・個別相談等**対**おむね16～27週の妊婦の方**定**各回4人(申込順) **申**8月1日から、電話で健康課へ

介護予防相談会

時8月25日(木)午前10時～正午**所**小金井みなみ地域包括支援センター**対**65歳以上の方で、要支援・要介護の認定を受けていない方**対**対象地域本町6丁目、前原町、貴井南町**定**5人(申込順) **申**8月1日から、電話で同センター(☎042-388-8400)へ

福祉のひろば

①心身障害者福祉手当
 8月期分④4～7月分

②特別障害者手当等
 8月期分⑤5～7月分

◇共通◇

振込日以降、通帳でお確かめください。金融機関によっては2・3日遅れる場合があります。

次のような場合には、ご連絡ください。▽振込日以降、7日を過ぎても振り込まれない場合▽氏名、住所、口座を変更した場合▽施設に入所した場合▽障がい程度が変わった場合(①)▽病院等に3

合理的な配慮の提供をした事業者等へのステッカーデザインを決定しました

合理的な配慮の提供に積極的な事業者等に配布するステッカーのデザインを募集し、15作品の応募がありました。その中から1点を選び、7月7日には作者の大塚隆さんに図書カードを贈呈しました。多くのご応募をいただきありがとうございました。



写真ニュース

東京都シルバーパス更新は郵送方式です

70歳以上の方が都営交通および都内民営バスを利用できる東京都発行の「東京都シルバーパス」は、9月30日で使用期限が切れます。10月1日から使用できるパスの更新手続きは、指定団体「東京バス協会」が行います。

なお、市役所では手続きができませんので、ご注意ください。
申8月中旬に送付される「更新手続きのご案内」(赤または青の封筒)をご覧ください。同封の払込票により、9月10日までに手続きが必要です
問東京バス協会(☎03-5308-6950=土曜・日曜・祝日を除く午前9時～午後5時)

か月を超えて入院している場合(②) **問**自立生活支援課障書福祉係(☎042-387-9884)

時8月27日～10月1日の毎週土曜日午後1時～3時(全6回) **所**障害者福祉センター**内**

障害者地域自立生活支援センターパソコン講習会

時8月27日～10月1日の毎週土曜日午後1時～3時(全6回) **所**障害者福祉センター**内**

パソコンの基本操作**対**市内在住の知的障がいのある方**定**6人(多数抽選。初めての方優先) **申**8月13日までの午前9時～午後7時(土曜日は午後5時まで。日曜・祝日を除く)に、直接、障害者地域自立生活支援センター(障害者福祉センター1階☎042-381-8811)へ