

# 健康と衛生

## 健康診査 Health

### 3歳児健康診査

〔日時〕9月11日(木)受付時間は午後1時～1時30分〔会場〕あいとびあセンター〔対象〕平成17年8月生まれの幼児〔持ち物〕母子健康手帳・問診票・目と耳のアンケート・尿・保険証※対象者には個別に問診票を送付しています。



〔問い合わせ〕健康支援課健康推進係 ☎(3488) 1181

### B・C型肝炎ウイルス検診

肝臓は「沈黙の臓器」といわれるように、感染しても自覚症状がなく発見されずにいる方が多く存在します。早期に発見し、適切な治療を受けることが大切です。この機会にぜひ、肝炎ウイルス検診を受けましょう。

〔実施期間〕平成21年3月末日まで〔対象〕平成21年3月末日までに満40歳以上になる市民で、▽特定健康診査・健康診査の対

### 結核検診

受診は、1年度につき1回無料となります。なお、勤務先等で検診の機会

がある方は受けられません。〔日時〕9月3日(木)受付時間は午前11時～11時30分〔会場〕あいとびあセンター〔対象〕65歳以上の市民〔内容〕胸部レントゲン撮影※直接会場にお越しください。

### 教室 Health

高齢者の転倒は、認知症や閉じこもりの引き金となります。歩行に必要な筋肉を3カ月間で強化し、自立した生活習慣の継続を身に付けましょう。

〔日程〕左表のとおり(全12回)〔時間〕午前9時45分～11時45分〔会場〕あいとびあセンター

### 育児学級

生後5・6カ月児の保育と離乳食について勉強します。受講中は、民生・児童委員の協力により乳児をお預かりします。

〔日時〕9月4日(木)受付時間は午後1時～1時20分(3時30分終了予定)〔会場〕あいとびあセンター〔対象〕第一子目の保護者〔定員〕先着25人〔持ち物〕母子健康手帳・筆記用具

### ママ・パパ学級

現在第一子妊娠中のお母さん・お父さんのための講座です。妊娠中の生活、出産、育児について学びながらお友だちづくりをしませんか。

〔会場〕あいとびあセンター〔申し込み・問い合わせ〕健康支援課健康推進係 ☎(3488) 1181へ。

### BCG接種

〔日時〕9月2日(火)受付時間は午前10時～10時30分〔会場〕あいとびあセンター〔対象〕生後3～6カ月未滿(3月4日～6月3日生まれ)の乳児※通知対象者は5月生まれの乳児〔持ち物〕母子健康手帳・予診票

〔問い合わせ〕健康支援課健康推進係 ☎(3488) 1181

### 肝炎ウイルス検診実施医療機関一覧

医療機関名	所在地	電話番号
松本脳神経外科内科クリニック	和泉本町1-2-10	(5438)2657
神保クリニック小児科	〃 1-2-13	(3430)2818
西川クリニック	〃 1-6-1	(3480)2349
藤川医院	〃 2-16-5	(3489)3859
岩瀬外科内科	〃 3-3-18	(3489)3830
かとうクリニック	中和泉1-1-1-4F	(3430)9911
布施内科医院	〃 1-4-9	(3480)5412
かたやま内科クリニック	〃 5-1-20	(3488)6051
松岡医院	〃 5-10-18	(3480)4122
岩下医院	〃 5-20-11	(3489)3577
染谷クリニック	〃 5-33-2	(3488)3000
佐藤診療所	東和泉1-3-14	(3489)1771
ファミリークリニックはら	〃 1-18-6	(3480)3992
保坂産婦人科クリニック	〃 1-21-3	(3488)1103
狛江医院	〃 1-27-10	(3489)0014
和泉多摩川クリニック	〃 3-3-9	(5497)1238
いずみたまがわ整形外科	〃 3-3-15	(3430)7116
野澤医院	猪方3-18-10	(3489)2557
小幡医院	〃 3-24-5	(3489)6005
向山外科	〃 3-25-35	(3480)8909
多摩内科クリニック	駒井町2-3-20	(3489)2425
一の橋内科皮フ科	岩戸南1-4-11	(3430)1214
東京多摩病院	〃 2-2-3	(3489)3191
秋山医院	〃 2-11-9	(3489)8563
岩戸診療所	岩戸北2-19-3	(3480)2051
岡本診療所	〃 4-16-1	(3480)1933
覚東近藤医院	東野川1-13-7	(3489)1035
西山整形外科	〃 2-20-5	(5438)4811
柏田内科クリニック	西野川1-15-19	(3430)0222
水口内科皮フ科	〃 4-40-4	(3480)5520

### 転倒予防教室～転ばぬ先のいきいき生活を!

日程	内容
9月10日(木)	体力測定と体調チェック①-事前効果測定
9月17日(木)	寝たきりにならないためには
9月24日(木)	ひざを支える筋肉を鍛えよう
10月1日(木)	可動域を広くしよう
10月8日(木)	日常生活で使う筋肉を強める
10月15日(木)	背中をまっすぐにする生活を
10月22日(木)	痛みとうまく付き合っていくには
10月29日(木)	筋肉・バランス・柔軟性を高める
11月5日(木)	転倒回避能力を身につけよう
11月12日(木)	歩くときのふらつきを解消
11月19日(木)	体力測定と体調チェック②-事後効果測定
11月26日(木)	転ばぬ先のいきいき生活を!

〔対象〕市内在住の65歳からおむね75歳までの方〔定員〕先着20人〔講師〕三浦徳美さん(介護予防主任運動指導員)

▽脳 の健康体操 (日程) 1日(月) 〔講師〕野田千恵子さん  
▽健康体操教室 (日程) 17日(水) 〔講師〕こまえ苑職員  
▽健口体操 (日程) 29日(月) 〔講師〕原真奈美さん

各日〔時間〕午後1時30分～3時〔定員〕先着20人※教室開催中の水分は、各自で準備してください。運動の際は、動きやすい服装で上履きをお持ちください。

〔日時〕9月16日(火)午後2時～4時〔対象〕発達障害やその可能性のある子ども(おむね就学前ぐらいまで)の家族、関係者〔定員〕先着80人〔講師〕川崎葉子さん(児童精神科医師)

〔申し込み・問い合わせ〕多摩府中保健所 ☎042(362)2334へ。

## 健康相談 Health

育児に関する悩みなど、気軽にご相談ください。

〔日時〕8月27日(水)午前9時30分～11時30分〔会場〕あいとびあセンター〔持ち物〕母子健康手帳

〔問い合わせ〕健康支援課健康推進係 ☎(3488) 1181

## 予防接種 Health

〔診療日〕月・金曜日(当院の休診日は除く)  
〔受付時間〕午後7時～9時30分  
〔対象〕15歳以下の急病のお子さん

※事前に電話をしてから受診  
○慈恵第三病院内「狛江・調布小児初期救急平日準夜間診療室」  
☎(3488) 2061

小児初期救急  
平日夜間診療

休日診療

〔診療日〕17日・24日・31日  
〔受付時間〕午前9時～11時30分・午後1時～4時30分  
〔会場〕あいとびあセンター

○休日急診診療所  
☎(3488) 9121

○休日歯科応急診療所  
☎(3488) 9171

○休日診療薬局  
☎(3488) 1519

24時間  
医療機関案内

○狛江消防署  
☎(3480) 01119

○東京消防庁救急相談センター  
☎#7119

○ひまわり  
☎(5272) 0303

http://www.himawari.metro.tokyo.jp/

休日診療

〔診療日〕月・金曜日(当院の休診日は除く)  
〔受付時間〕午後7時～9時30分  
〔対象〕15歳以下の急病のお子さん

※事前に電話をしてから受診  
○慈恵第三病院内「狛江・調布小児初期救急平日準夜間診療室」  
☎(3488) 2061