スポーツ施設

施設案内 HP

東部会館温水プール臨時休業

9月2日(火)・3日(水)は、定期清掃を行うため、プールのみ休業します。

問 同温水プール（☎583・5266）

セーフティネット

福祉・健康 HP

9月は東京都の自殺対策強化月間

▼東京都自殺相談ダイヤル～こころといのちのほっとライン（☎0570・087478）…日時 8日(月)～12日(金)（24時間）

▼自殺予防いのちの電話（☎0120・738・556）…日時 10日(水)午前8時から24時間

▼54時間特別相談～東京自殺防止センター（☎0120・58・9090）…日時 6日(土)午前0時～8日(月)午前6時

▼自死遺族のための電話相談

①全国自死遺族総合支援センター（☎03・3261・4350）…日時 6日(土)～8日(月)午前10時～午後10時

②グリーフケア・サポートプラザ（☎03・3796・5453）…日時 9日(火)～12日(金)午前10時～午後10時

▼多重債務110番～東京都消費生活総合センター（☎03・3235・1155）…日時 1日(月)・2日(火)午前9時～午後5時

健康診査・検診 予防接種

福祉・健康 HP

胃がん・肺がん・大腸がん検診（平成26年度第2期）

日時 10月8日(水)～22日(水)の午前※13日(祝)を除く。時間指定不可

会場 生活・保健センター

内容・費用 左表の通り

検診名	検診内容※結果は後日郵送	自己負担額
胃がん	検診車で胃部X線撮影（バリウムを使用）	800円
肺がん	胸部X線直接撮影、喀たん検査 ※喀たん検査は喫煙指数600以上の方のみ	600円
大腸がん	便潜血検査（2日法）	200円

※日野市国保特定健康診査・いきいき健康診査対象者は、各健診で同内容の大腸がん検診を受診可。対象者は各健診で受診を
※自己負担金は当日会場で支払いを
※次の方は必要書類を受付に提出すると無料で受診可
①生活保護受給者（生活保護受給証明書）
②中国残留邦人等支援給付受給者（受給証明書）
③昭和49年4月2日～昭和50年4月1日生まれの方（健康保険証）
④平成26年度大腸がん検診無料クーポン券対象者（大腸がん検診無料クーポン券）（大腸がん検診のみ無料）

対象 昭和50年4月1日以前生まれの方で、他に当該がん検診の受診機会のない市民※年度内に1回受診可。次のいずれかに該当する方は受診不可①妊娠中およびその疑いがある（大腸がん検診のみ可）②胃腸や肺の病気などで治療中③バリウムを飲んで異常が出た

定員 1千260人※申込多数の場合は抽選

その他 10月2日(木)に問診票などを送付。10月20日(月)は生後6カ月～未就園児の保育

申 9月10日(水)（必着）までにはがき（1人1通）または電子申請で。①受診を希望する検診名②住所③氏名（ふりがな）④性別⑤生年月日⑥年齢⑦電話番号⑧検診希望日を第3希望まで（希望日なしの場合はその旨、保育希望の有無）⑨（過去を含み喫煙歴のある方のみ）喫煙指数（1日本数×喫煙年数）を記入※1つの検診だけでも申し込み可。必ず希望日に受診できるとは限りません

問 〒191－0011日野本町1の6の2生活・保健センター内健康課がん検診係（☎581・4111）

BCG予防接種

日時・会場 9月8日(月)・22日(月)…生活・保健センター、17日(水)…福祉支援センターいずれも午前9時30分～11時

対象 BCG接種を一度も受けていない生後1歳未満※生後5～8カ月未満での接種を推奨

持ち物 母子健康手帳、予診票、長袖服

問 健康課（☎581・4111）

乳幼児無料歯科相談

日時 9月の毎週水曜・金曜日午後1時30分・55分、2時20分から※26日を除く

会場 生活・保健センター

内容 歯科医師による健診、相談、指導

対象 1歳6カ月～4歳の誕生月まで各回9人

申 電話

問 健康課（☎581・4111）

健康づくり

福祉・健康 HP

さわやか健康体操参加者追加募集（10月～平成27年3月）

日時・会場・定員 左表の通り

内容 簡単なリズム体操・ストレッチなど。おおむね週1回1時間の教室

対象 運動習慣がない65歳以上の市民※楽・楽トレーニング体操および悠々元気体操教室と併せての応募は不可

費用 1千円

申 9月10日(水)（必着）までに往復はがきで（1人1通、ご夫婦で同一の会場・曜日・時間を希望される場合は1通で可）。往信用裏面に希望コース番号、住所、氏名（ふりがな）、性別、年齢、生年月日、電話番号を、返信用表面に住所、氏名を記入

問 〒191－0011日野本町1の6の2生活・保健センター内健康課さわやか健康体操係（☎581・4111）

●さわやか健康体操追加募集会場一覧

コース番号	会場	曜日・時間	募集数
①	生活・保健センター	火曜日午前B(前半)	5人
②		金曜日午前B(前半)	5人
③		金曜日午前B(後半)	5人
④	(財)交通遺児育英会学生寮「心塾」(旭が丘)	月曜日午前　(後半)	18人
⑤	多摩平の森ふれあい館	水曜日午後　(後半)	10人
⑥	教育センター	木曜日午後　(前半)	5人
⑦		木曜日午後　(後半)	9人
⑧	第七幼稚園	金曜日午後　(後半)	5人
⑨	七生台地区センター	水曜日午後　(前半)	5人
⑩		水曜日午後　(後半)	5人
⑪	平山台健康・市民支援センター	金曜日午前　(後半)	6人
⑫	(社福)東京光の家(旭が丘)	月曜日午前　(後半)	7人
⑬	ひの社会教育センター(多摩平)	水曜日午後　(前半)	18人
⑭		水曜日午後　(後半)	34人

※午前コース…(前半)9：30～10：30、(後半)10：45～11：45
※午後コース…(前半)13：30～14：30、(後半)14：45～15：45、⑧は15：35～16：35
※全18回程度。途中での会場変更は不可。申込多数の場合は抽選

野菜120グラム以上使用したメニューを掲載した「健康いただきマップ」を配布～南多摩保健所グッドバランスメニューキャンペーン

キャンペーン期間中（9月～平成27年3月）、地域の参加店では野菜120グラム以上使用したメニューを販売します。

そのメニューを掲載した「健康いただきマップ」を配布していますので、ぜひ、ご活用ください。

マップ配布 南多摩保健所、生活・保健センター内健康課、市役所3階産業振興課、JA東京みなみ、商工会

問 同保健所（☎042・371・7661）

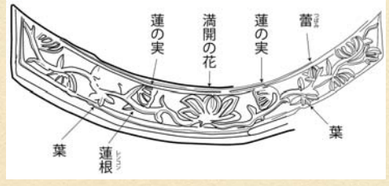
みんなのふるさとこぼれ話 3

幻の真慈悲寺と蓮の瓦

最近の異常気象で夏の暑さが大変厳しくなっています。そんな時でも蓮池では、水面を緑の葉が覆い、茎がすくっと立ちあがって美しいピンクの花が開いています。その様子はいかにもすがすがしく、見る人の心を穏やかにしてくれます。

仏教でいう極楽浄土には蓮池があり、人々はこの葉の上に生まれ変わること（極楽往生）を望んでいました。

ところで、山の上にある京王百草園（源頼朝の保護を受けた大寺院真慈悲寺推定地）から出土した中世の瓦は、蓮の花の文様「蓮華唐草文」で飾られています。蓮池と同じく、葉、蕾、満開の花、蓮の実や蓮根が表現されています。文様に刻み込まれた蓮池の様子は、人々の願いそのものを表しているようです。9月14日(日)京王百草園で開催される「第9回幻の真慈悲寺現地イベント」で実物を公開予定です。



問 郷土資料館（☎592・0981）

臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金の申請はお済みですか。

対象者と思われる方には臨時福祉給付金は「市民税課」から、子育て世帯臨時特例給付金は「子育て課」から申請書をお送りしています。申請期限は12月15日(月)までです。

申請書を紛失した場合などは再発行しますのでお問い合わせを。

問 臨時福祉給付金（☎514－8285）、子育て世帯臨時特例給付金（☎514－9670）

厚生労働省
給付金キャラクター
カクニンジャ

携帯電話へ災害発生情報や不審者情報、また高齢者の行方不明捜索のお願いをお知らせします。

QRコードを読み取るか、hino@kmel.jpへ空メールを送信してください。

よろず相談窓口
～市民のお悩み110番
セーフティネットコールセンター
（☎586－0611（直通））

母子保健健康通信

※会場は生活・保健センター

ママ・パパクラス（両親学級） 対象は妊婦（おおむね16～27週）とパートナーなど。予約制。 栄養・歯科・沐浴のみの選択も可能です（栄養・歯科は、16週以前の受講もできます）。	保健	2日間で1クール①10／6(月)②20(月)14：00～16：00 妊娠・出産・育児について
	栄養	9／25(木)または10／30(木)10：00～11：30 すこやかな出産のための栄養の話、試食など
	歯科	9／18(木)または10／16(木)9：00～11：30 歯科健診、口の中の衛生について
	沐浴	9／21(日)または10／25(土)10：00～12：00 赤ちゃんのお風呂の入れ方
健康診査		3～4カ月児、1歳6カ月児、3歳児 通知した日時に来場を
離乳食教室	初期	9／4(木)または19(金)10：00～11：30 おおむね平成26年4月生まれの乳児と保護者
	中期	9／5(金)または17(水)10：00～11：30 おおむね平成26年2月生まれの乳児と保護者
	後期	9／11(木)10：00～11：30 おおむね平成25年12月生まれの乳児と保護者
	完了期	9／10(水)10：00～11：30 おおむね平成25年9月生まれの乳児と保護者

※市ホームページから電子申請で健康課（☎581－4111）へ申し込み
※転入された方へ…妊婦、3～4カ月児、6・9カ月児、1歳6カ月児、3歳児の健康診査を受けていない方は健康課（☎581－4111）へご相談を

すくすくクラブ（歌や手遊び、お友達づくり） 対象は3～12カ月児と保護者。時間はいずれも10:30～11:30	9／2(火) ひの児童館（☎581－7675）	申し込み不要・直接会場へ
	9／9(火) さかえまち児童館（☎585－8281）	
	9／10(水) たまだいら児童館（☎589－1253）	
	9／18(木) ひらやま児童館（☎592－6811）	
	9／24(水) みさわ児童館（☎591－3456）	

※すくすくクラブの問い合わせは各児童館へ