

# まちづくり

**■西平山土地区画整理審議会委員選挙に伴う選挙人名簿の縦覧**  
 3月11日(月)～24日(日)午前8時30分～午後5時15分※土曜・日曜日、祝日も縦覧可  
 場所：市役所3階区画整理課

# 保健・医療

**■BCG予防接種**  
 3月6日(水)・13日(水)・27日(水)午後2時～3時45分  
 場所：生活・保健センター1内健康課(☎581・4111)へ

**■乳幼児無料歯科相談**  
 3月の毎週水曜・金曜日午後1時20分～35分・55分・2時15分から※20日・29日を除く  
 場所：生活・保健センター1内歯科医による健診・相談・指導  
 対象：1歳6か月～4歳児  
 回数：各回7人  
 虫歯が見つかった場合は医療機関で治療を電話

**■保育つき！元気☆簡単朝ごはんクッキング**  
 4月12日(金)午前10時～11時30分

**■さわやか健康体操追加募集**  
 4月～平成26年3月の水曜日

## 市立病院・自由参加講座

### 未病の会(発会式&勉強会)

健康は自分で守り育てるもの。いわゆる「未病」の段階から健康維持に取り組み、より生活の質(QOL)の高い人生を過ごすヒントを探してみませんか。

この度、市立病院と市民が連携して発足した未病の会の発会式と勉強会を行いますので、ぜひご参加ください。  
 3月16日(土)午前10時～11時30分

会場：市立病院3階講堂(第1部) 発会式および熊井浩一郎市立病院院長講演、第2部：林篤内科部長講演「消化器の健康について(仮題)」  
 3月9日(土)まではがきで住所、氏名、電話番号を記入し、〒191-0006 多摩平4の3の1市立病院総務課(☎581・2677)へ  
 同会(貴志☎090・1537・163)

## 母子保健健康通信

※会場は生活・保健センター

<b>ママ・パパクラス</b> (両親学級)	保健	2日間で1クール①4月1日(月)②8日(月) 14:00～16:00 妊娠・出産・育児について
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・入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)。	栄養	3月25日(月)または4月25日(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	3月27日(水)または4月18日(木) 9:00～11:30 歯科健診・口の中の衛生について
健康診査	入浴	3月24日(日)または4月20日(土) 10:00～12:00 赤ちゃんのお風呂の入れ方、先輩ママとの交流など
	初期	3月5日(火)または22日(金) 10:00～11:30 おおむね平成24年10月生まれの乳児と保護者
	中期	3月8日(金)または19日(火) 10:00～11:30 おおむね平成24年8月生まれの乳児と保護者
	後期	3月15日(金) 10:00～11:30 おおむね平成24年6月生まれの乳児と保護者
離乳食教室	完了期	3月14日(木) 10:00～11:30 おおむね平成24年3月生まれの乳児と保護者
	幼児食教室	3月26日(火) 10:00～11:30 1歳7か月～2歳未満の幼児と保護者

※電話か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…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 対象は3～12カ月児と保護者。時間はいずれも10:30～11:30	3月5日(火)	さかえまち児童館 ☎585-8281
	3月12日(火)	ひの児童館 ☎581-7675
	3月13日(水)	ただいら児童館 ☎589-1253
	3月13日(水)	みさわ児童館 ☎591-3456
	3月14日(木)	ひらやま児童館 ☎592-6811

※すくすくクラブの問い合わせは各会場(児童館)へ

分場生活・保健センター(さつと作れる朝食・お弁当のおかずの調理と試食、栄養の話、調理のワンポイントアドバイス) 乳幼児、園児、学童の保護者、妊婦(申込制で先着30人) 200円(材料費) ⑩先着順で1歳6か月～未就園児20人の保育あり※希望者は4月10日(水)までに申し込み  
 申込み電子申請または電話  
**■楽・楽トレーニング体操(体法(体の歪みを整える)を基本とした筋力トレーニング体操)**  
 4月～平成26年3月(8月を除く)の月2回火曜日(20時～22時) ①午後1時～2時30分：南平体育館(150人) ②午後3時～4時30分：市民の森ふれあいホール(170人) ※いずれも申込多数の場合は抽選  
 指導員：市健康体操サポーター(市内在住・在勤者※さわやか健康体操、悠々元気体操との重複申込不可) 1千円(3月11日)(必着) までに往復はがきで。往信用裏面に教室名、希望コース(①または②)、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、年齢、性別を、返信用表面に住所、氏名を記入  
 〒191-0011 野本町1の6の2生活・保健センター1内健康課

会場	曜日	時間	コース番号	定員	
福祉支援センター(高幡)	火曜日	9:30～10:30	①	各30人	
		10:45～11:45	②		
平山季重ふれあい館	木曜日	9:30～10:30	③		
		10:45～11:45	④		
生活・保健センター	月曜日	13:30～14:30	⑤		各25人
		14:45～15:45	⑥		
豊田地区センター	木曜日	13:30～14:30	⑦		
		14:45～15:45	⑧		

※申込多数の場合は抽選

**救急診療**  
 必ず保険証をご持参ください  
 休日・夜間については右記の診療所を利用しましょう

**休日準夜診療所(内科・小児科)**  
 ※来院の際は事前連絡を  
 日野本町1-7-2 ☎584-1661  
 土曜・日曜日、祝日  
 19:30～22:30(受け付けは22:20まで)  
 至立川駅

**平日準夜こども応急診療所(小児科)**  
 ※来院の際は事前連絡を  
 高幡1011(福祉支援センター内) ☎592-9940  
 水曜・木曜・金曜日(祝日を除く)  
 19:30～22:30(受け付けは22:20まで)  
 高幡不動駅

**休日歯科応急診療所**  
 高幡1011(福祉支援センター内) ☎594-2111  
 日曜日、祝日  
 9:00～17:00(受け付けは16:00まで)  
 高幡不動駅

**救急テレホンサービス**  
 (24時間医療機関案内)  
 ○東京消防庁救急相談センター ☎042-521-2323  
 #7119 (プッシュ回線から)  
 上記以外から ☎042-521-2323  
 ○日野消防署 ☎581-0119  
 豊田出張所 ☎582-0119  
 高幡出張所 ☎592-0119  
 ○東京都保健医療情報センター  
 ひまわり ☎03-5272-0303  
 外国人専用 ☎03-5285-8181 (9:00～20:00)

**3月前期休日診療医**  
 診療時間 9:00～17:00  
 診療までお待ちいただくことがあります。ご了承ください。

**3日**  
 望月医院(内・外科) 多摩平6-31-4 ☎581-0504  
 柴山内科医院(内・消化科) 南平5-1-21 ☎594-3688

**10日**  
 高品クリニック(内科) 日野本町1-12-13 ☎583-7822  
 朝比奈クリニック(内・糖内科) 高幡1005-8ティグニータ101 ☎506-5117

保健師・助産師(必要に応じて小児科医)による **電話相談** #8000 (プッシュ回線の固定電話) 03-5285-8898 (プッシュ回線以外の固定電話、携帯、PHSなど)  
 ○小児救急医療に関する相談・育児相談・母子の健康相談全般 ※電話相談のため医師が診断をするものではありません  
 ○月曜～金曜日(祝日を除く)の午後5時～10時/土曜・日曜日、祝日、年末年始の午前9時～午後5時

## 救急病院3月前期宿日直予定表

(注) 診療科目は変更される場合があります。事前に救急テレホンサービスへ問い合わせを

内=内科、外=外科、小=小児科、耳鼻=耳鼻咽喉科、整形=整形外科、泌尿=泌尿器科、眼=眼科、皮膚=皮膚科、脳外=脳神経外科
<b>花輪病院 (☎582-0061)</b>
1(金) 2(土) 3(日) 4(月) 5(火) 6(水) 7(木) 8(金) 9(土) 10(日) 11(月) 12(火) 13(水) 14(木) 15(金)
夜 9:00～17:00 夜 18:00(土曜・日曜日、祝日は17:00)～8:30(土曜日、祝前日は9:00)
内 内 内 内 内 内 内 内 内 内 内 内 内 内 内
<b>市立病院 (☎581-2677)</b>
1(金) 2(土) 3(日) 4(月) 5(火) 6(水) 7(木) 8(金) 9(土) 10(日) 11(月) 12(火) 13(水) 14(木) 15(金)
夜 8:30～17:00 夜 17:00～8:30
内 内 内 内 内 内 内 内 内 内 内 内 内 内 内
外 耳鼻 脳外 外 整形 整形 眼 脳外 眼 外 外 外 外 外
産 婦 人 科