

「問合せ先」 健康課 (☎581・4111)

■元気☆簡単朝ごはんクッキング

「日時」2月17日(火)、3月2日(火)午前10時～11時30分 各日この申込可「会場」生活・保健センター「内容」さつと作れる朝食とお弁当のおかずの調理と試食「対象」幼稚園・保育園・小学校に通っているお子さんを
持つ保護者、妊娠中の方 保育

■2月1日～7日は生活習慣病予防週間

「毎日の心がけが予防の第一歩」をスローガンに、右の期間を「生活習慣病予防週間」として生活習慣病予防対策の一層の普及を図っていきます。これは、厚生労働省の指針により、健康的な生活習慣の確立が病気予防の第一という認識を促すものです。市では各種健診を実施していますので、ぜひご利用ください。

保健・医療

はありませぬ「申込み先」健康課(☎581・4111)

■ポリオ予防接種

「日程・会場」①生活・保健センター：2月16日(月)・18日(水)・20日(金)・24日(火)②平山地区センター(スリッパ持参)：2月17日(火)③福祉支援センター：2月19日(木)・23日(月) 直接会場へ。車での来場はご遠慮を「時間」午後2時～2時45分「対象」生後3カ月～7歳6カ月未満(接種当日)で過去2回接種していないお子さん「接種方法」6週間

母子保健健康通信

※会場は生活・保健センター(育児学級を除く)

ママ・パパクラス (両親学級)	4日間コース	3月3日(水)・10日(水)・24日(水)・31日(水)グループ作り、先輩ママとの交流会、お風呂の入れ方、妊婦体操・呼吸法(選択)ほか
	栄養コース	2月24日(火)または3月16日(火)10:00～12:00 とても大切な妊娠中の食生活情報・マタニティクッキング(調理・試食・グループワーク)
歯科コース	3月17日(水)・18日(木)	1日目9:30～11:00 歯科検診 2日目10:00～12:00 口の中の衛生について
	健康診査	3～4カ月児、1歳6カ月児、3歳児 ※通知した日時にご来場を
すくすくクラブ (育児学級)	2月2日(月)10:00～11:00 (会場はみさわ児童館)	対象は生後4カ月～12カ月の乳児と保護者。申込不要、直接会場へ。 ※参加は3会場から1日
	2月9日(月)10:00～11:00 (会場はしんめい児童館)	
	2月16日(月)10:00～11:00 (会場はあさひがおか児童館)	
離乳食教室	初期	2月5日(月)10:00～11:30 概ね平成15年9月生まれの乳児と保護者
	後期	2月6日(火)10:00～11:30 概ね平成15年5月生まれの乳児と保護者
幼児食教室	2月19日(水)または25日(火)10:00～11:30 概ね平成14年4月～6月生まれの幼児(第1子)と保護者	※先着10人

※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ない方は健康課(☎581-4111)へご相談を

2月前期休日診療医

診療時間 9:00～12:00
13:00～17:00

1日

多摩平整形外科麻酔科(整・麻科)
多摩平5-4-3 ☎584-6806
至八王子

井上クリニック(内科)
高幡145岡崎ビル201
☎593-8988

8日

高品クリニック(内科)
日野本町1-12-13 ☎583-7822

高幡耳鼻咽喉科(耳科)
高幡1001-8 久野第2ビル4階
☎592-5467

11日

堀田診療所(内・児・皮・婦・泌科)
多摩平6-5-1 ☎581-3035
至八王子

福岡医院(児・内科)
南平8-10-27 ☎591-3600

15日

くちら整形外科(整・外科)
日野台5-19-2 ☎583-6515

牛尾医院(児・内科)
平山6-5-13 ☎591-2001

救急診療

必ず保険証をご持参ください

休日準夜診療所(内科・小児科)
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)

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
9:00～12:00、13:00～17:00
(受け付けは16:00まで)

救急テレホンサービス

《24時間医療機関案内》

- 日野消防署 ☎581-0119
- 東京消防庁災害救急情報センター ☎521-2323
- 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)

「日程・会場」①生活・保健センター：2月16日(月)・18日(水)・20日(金)・24日(火)②平山地区センター(スリッパ持参)：2月17日(火)③福祉支援センター：2月19日(木)・23日(月) 直接会場へ。車での来場はご遠慮を「時間」午後2時～2時45分「対象」生後3カ月～7歳6カ月未満(接種当日)で過去2回接種していないお子さん「接種方法」6週間

「日時」2月23日(月)午前10時～市役所

「日時」2月26日(木)午前10時～市役所東側市民駐車場「問合せ先」日野市献血推進協議会事務局(生活福祉課内)

「日時」2月26日(木)午前10時～市役所東側市民駐車場「問合せ先」日野市献血推進協議会事務局(生活福祉課内)

「日時」2月26日(木)午前10時～市役所東側市民駐車場「問合せ先」日野市献血推進協議会事務局(生活福祉課内)

「日時」2月26日(木)午前10時～市役所東側市民駐車場「問合せ先」日野市献血推進協議会事務局(生活福祉課内)

「ペイン」とは英語で「痛み」のことです。ペインクリニック外来は患者さんの痛みを中心に病を診ていく診療科です。急に胸やお腹が痛くなればすぐ内科の先生に、けがをして痛みが強ければ整形外科の先生に診察してもらう必要があります。

しかし、痛みを起す原因がはっきりしていない場合(慢性的な痛み)や、原因となる病気を治すことができない痛み(がんの痛み)などでは、相談できる病院や医師はそれほど多くありません。人はだれでも体や心の中に多少の痛みを抱いて生きています。痛みがあるレベルを超えてしまうと、動

「ペイン」とは英語で「痛み」のことです。ペインクリニック外来では、患者さんの痛みを注射や薬の治療で軽くして、再び明るく生活できるように総合的な治療を目指しています。当院では、平成15年4月より外来を開始していますが、外来患者さんの多くは、治療に抵抗があり、なかなか痛みがとれない患者さん(帯状疱疹後の神経痛の患者さんなど)です。また、がんによる痛みを持つ患者さんの在宅支援や往診なども行っています。今後も「痛み」に関する相談に対応できるようにしていきます。

救急病院2月前期宿日直予定表

☀…昼 ☾…夜 ※外科系一般とは、外科・整形外科・脳神経外科をいいます(注)診療科目は変更される場合があります。事前に急患テレホンセンター(日野消防署☎581-0119)へ問い合わせを

病院名	日	1(日)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)	8(日)	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)	15(日)
市立病院 ☎581-2677	内科	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾
	小児科	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾
花輪病院 ☎582-0061	外科	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾
	内科	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾
	小児科	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾
	整形外科	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾
	耳鼻咽喉科	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾
	眼科	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾
	皮膚科	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾
	整形外科	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾
	外科系一般	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾
	内科系一般	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾	☀☾