

## 保健センター

☎ 555-1111



### 健康インフォメーション

#### ＋高齢者インフルエンザ予防接種

65歳以上の方が、インフルエンザの予防接種を受ける場合、市が費用の一部を補助します。インフルエンザの予防のために、早めに受けてください。

**期間** 10月15日(木)～平成22年1月31日(日)  
**対象** 接種当日市内在住で、次に該当する方：①65歳以上の方②60歳以上65歳未満で心臓、腎臓、呼吸器などに障害のある方(医師の診断書または身体障害者手帳が必要です)

**負担費用** 2200円  
※生活保護受給者は全額免除します。  
生活保護受給証明書を医療機関へ提出してください。

※予約が必要です。協力医療機関について詳しくは、問い合わせてください。  
※健康保険証を持参してください。  
※接種は一人1回のみです。

#### ＋胃がん・肺がん検診

**日時** ①11月7日(土)②11月29日(日)

いずれも午前7時30分～

**会場** 保健センター

**対象** 40歳以上の市民

**定員** いずれも100人(先着順)  
**費用** 無料

**内容** 胃がん検診：腹部間接レントゲン撮影、肺がん検診：胸部直接レントゲン撮影と喀痰検査

※妊娠中、妊娠の可能性のある方、胃や肺の病気を治療中の方は受診できません。  
**申込み** 10月2日(金)午前8時30分から  
電話または直接保健センターへ

#### ＋「こころの健康づくり講座

気づいてほしい「こころのサイン」  
不安障害について

「なんとなく不安になる、やる気がでない、頭が痛い、食欲がない」などの経験はありませんか。自分でも気が付かないうちに「こころ」が疲れて、「からだ」に症状が現れることがあります。こころの病とからだの関係や治療について、わかりやすく話します。

**日時** 11月14日(土)午前10時～正午

**会場** 保健センター

**対象** 市内在住・在勤の方

**定員** 40人

**参加費** 無料

※保育はありません。

**講師** 三ツ汐洋さん(ちひろメンタルクリニック院長)

**申込み** 10月7日(水)午前8時30分から

電話または直接保健センターへ

※当日参加も可能です。

## 新型インフルエンザ 感染拡大を予防しよう！

新型インフルエンザは、通常のインフルエンザ同様、感染した人のせき、くしゃみ、つばなどとともに放出されたウイルスを吸引することや、そうしたウイルスに触った手などを介して感染します。

また、新型インフルエンザは、ほとんどの人が免疫を持っていないため、感染を拡大させないことが大切です。

### ■ かからない、うつさないために

- ▶ 外から帰ったら、必ず、手洗い・うがい！
- ▶ 「せきエチケット」で感染拡大を防止！
  - せき、くしゃみなどの症状のあるときは、必ずマスクをする。
  - せき、くしゃみをするときは、口と鼻をティッシュで覆い、顔をそむける。

### ■ かかったかな？と思ったら

新型インフルエンザは、都内のすべての一般医療機関で受診することができます。重症化を防ぐためには、早めの受診と治療が必要です。

※呼吸器疾患の方や糖尿病などの基礎疾患のある方、妊娠中の方、乳幼児は、一部の方に重症化することがあります。症状のある場合は、早めに主治医に相談してください。

※健康な方でも、まれに重症化することがあります。

体調が悪い場合は、すぐに医療機関へ連絡し、受診しましょう。

### ■ かかった場合の自宅療養

処方された薬を必ず服薬し、自宅などで十分に休養しましょう。体調の悪い時は、医療機関へ相談しましょう。

少なくとも「熱が下がってから2日目まで」は極力、外出しないようにしてください。また、周囲の方への感染を防ぐために、「発熱やせき、のどの痛みなどの症状が始まった日の翌日から7日目まで」は、できるだけ外出しないようにしてください。

### ■ 同居している家族の方は？

看護をする際にマスクをする、看護をした後は手洗いをし、可能であれば、別の部屋で過ごすなど、感染しないようにしてください。

問合せ 保健センター ☎ 555-1111



中央児童館 ☎ 554-4552  
 東児童館 ☎ 570-7751  
 西児童館 ☎ 554-7578  
 図書 ☎ 554-2280  
 ぴとろ ☎ 570-0707

**東児童館**

■手作りおもちゃ教室〜カタカタ車〜

日時 10月10日(土)①午前10時〜②午後1時〜  
 対象 幼児(保護者同伴)〜小学校低学年  
 参加費 無料  
 講師 ボランティア「ねじまわし」  
 ※直接会場へお越しください。

**西児童館**

■手作り教室〜星形小物入れを作ろう!〜

日時 10月31日(土)午前10時〜正午  
 対象 小学生〜18歳の方(市内在住の方優先)  
 定員 20人(先着順)  
 参加費 無料  
 申込み 10月25日(日)〜30日(金)の午前9時から午後4時30分までに、本人が電話または直接西児童館へ

**図書館**

楽しいおはなしをします。友だちを誘って来てください。保護者の方も、一緒に参加してください。

■幼児向けおはなし会

大型紙芝居「おおきななおきなおいも」や、絵本の読み聞かせなどを行います。

日時 10月10日(土)午前11時〜

■小学生向けおはなし会

ストーリーテリング「三まいのおふだ」などを行います。

日時 10月17日(土)午前11時〜

絵本の読み聞かせ「うしがそらをとぶ」などを行います。

日時 10月31日(土)午前11時〜

■赤ちゃん向けおはなし会

「つみき」などのおはなしをします。

日時 10月21日(水)午前11時〜

入場料 いずれも無料

※直接会場へお越しください。

**ゆとりぎ**

■子ども映画会

日時 10月4日(日)午前10時30分〜11時30分

入場料 無料

上映作品 どんぐりと山猫／空とぶ宝箱／チップとタップ もぐらをつかまえるの巻／金の耳かざり(変更の場合あり)

運営協力 羽村映画クラブ

※直接会場へお越しください。

**10月のテレビはむら**  
 TV HAMURA

「テレビはむら」は、多摩ケーブルネットワーク「TCN」アナログ放送21チャンネル、デジタル放送055チャンネルで、毎週木曜日から水曜日までの1週間単位で放映しています。

■放映時間■

- ① 午前9時〜9時30分
- ② 午後5時〜5時30分
- ③ 午後9時〜9時30分

毎週土曜日(①午後1時30分〜②午後5時〜③午後9時〜)に限り、アナログ放送9チャンネル、デジタル放送111チャンネルで試験放送を行っています。

**トピック 第62回羽村市市民体育祭**

町内会・自治体対抗、小・中学校対抗、職場対抗の種目など、仲間同士が協力して臨む市民体育祭は、市民の皆さんの健康づくりや交流の場として毎年欠かすことのできない行事となっています。

番組では、白熱した戦いが繰り広げられる市民体育祭の様子を、ダイジェストでお伝えします。



これからのテレビはむらラインアップ

- 第9回はむらふるさと祭り など

問合せ 広報広聴課広報係

## ■ 10月の相談日

相談名	相談日	時間	会場・電話
交通事故相談 (予約が必要です)	7日(水)	午後1時30分～ 4時30分	市民相談室 (市役所内) 555-1111
登記相談 (実施日の1週間 前からの予約制)	14日(水)		
税務相談 (予約が必要です)	6日(火)		
行政・人権 身の上相談	15日(木)		
外国籍市民生活相談 (スペイン語・韓国語) (予約が必要です)	9日(金)・23日(金)		
法律相談 (実施日の1か月 前からの予約制)	10月 1日(木) 9日(金) 24日(土) 11月 5日(木) 13日(金) 28日(土)	午後2時～5時 (土曜日は午前10時 ～午後1時)	
女性悩みごと相談 (実施日の1か月前 からの予約制) ※羽村市・福生市の どちらでも相談で きます	<羽村市> 7日(水)・21日(水)	午後1時30分～ 4時30分	福祉事務所相談室 (市役所内) 555-1111 ※予約は市民相談係へ 福生市役所第1相談室 551-1511 ※予約は広報広聴係へ
	<福生市> 14日(水)・28日(水)	午前9時～午後1時	
健康栄養相談	8日(木)・22日(木)	午後1時30分～3時	保健センター 555-1111
育児相談	15日(木)	午前10時～11時	
特別金融相談 (事前に連絡してください)	13日(火)	午後2時～4時	羽村市商工会館相談室 555-6211
年金相談	月・水・金曜日	午前9時～午後4時	保険年金課 555-1111
消費生活相談	月～金曜日	午前9時～正午 午後1時～4時	消費生活センター 555-1111
教育相談 (予約が必要です)	月～金曜日 (土・日曜日 も初回予約可)	午前9時～午後6時	教育相談室 554-1223
高齢者生活相談	月～土曜日 (地域包括支援 センター…)	午前9時～午後5時 (市役所は午後5時 15分まで)	地域包括支援センター (市役所内) 555-1111・579-7785
介護相談	月～金曜日		地域包括支援センター (羽村園)555-8815 相談連絡所「いこいの里」 579-0151
母子・婦人生活相談	月～金曜日	午前8時30分～ 午後5時	子育て支援課内 555-1111
子育て相談	月～金曜日 (総合相談)	午前8時30分～ 午後5時	子ども家庭支援センター 578-2882
	月～金曜日	午前8時30分～ 午後5時	東保育園 554-2154
			西保育園 554-4507
			しらうめ保育園 555-1019
			さくら保育園 554-2046
			各私立保育園
	月・水・金曜日	午前9時～正午	西児童館 554-7578
火・木・土曜日	午前9時～正午	中央児童館 554-4552	
火・金・日曜日	午前9時～正午	東児童館 570-7751	
ふれあい相談	木・金曜日	午前10時～ 午後4時	福祉センター 554-0304 フリーダイヤル 0120-294-992
障害者地域活動 支援相談	月～金曜日	午前8時30分～ 午後5時15分	福祉センター内 障害者地域活動 支援センター 555-1210
	ピアカウンセリング (肢体不自由) 24日(土)	午後1時～4時	
	(精神障害) 19日(月)・20日(火)	午後1時～4時	福祉センター 554-0304 フリーダイヤル 0120-294-992

## ■ 税金などの納期

### ■ 平成21年度

市・都民税(普通徴収)(第3期)  
国民健康保険税・介護保険料・  
後期高齢者医療保険料(第4期)  
→ 11月2日(月)

問合せ 納税課納税担当

## ■ 人口と世帯

### ■ 人口と世帯(平成21年9月1日現在)

男 29,316人(-23)  
女 28,187人(-16)  
計 57,503人(-39)  
\*うち外国人登録 1,687人  
世帯数 24,623世帯(-28)  
( )は前月比

### ■ 8月中の異動人口

出生 49人/死亡 29人  
転入 182人/転出 241人

問合せ 市民課受付係

## ■ 羽村駅西口土地区画整理事業

### ■ 個別説明事務所 開所日

#### ■ 開所日

毎週月～土曜日

※10月12日(月)は、祝日のため閉所します。

#### ■ 開所時間(正午～午後1時を除く)

月・水・金・土曜日

→ 午前9時～午後5時

火・木曜日

→ 午前9時～午後8時

問合せ 区画整理事業課事業係

☎ 570-7474

## ■ 緊急雇用対策 職業相談

(ハローワーク青梅との共同事業)

### ■ 10月の実施日時

→ 10月7日(水)・21日(水)

午後1時30分～4時30分

産業福祉センター相談室

☎ 579-0156(実施日のみ)

問合せ 産業活性化推進室経済対策担当

## ■ 夜間校庭使用受付(11月分)

受付期間 10月15日(木)～25日(日)

受付会場 スポーツセンター

使用施設 羽村東小学校・羽村第三中学校

問合せ スポーツセンター ☎ 555-0033