保健センター

T555-1111

┿ 「骨の健康度チェック(骨密度

健康インフォメーション

検診)」〜あなたの骨は大丈夫で 人が増えています。骨密度が減少し 最近若い女性でも骨密度の少ない

(A)8月30日(旧午前9時~正午 コース・日時 世代の方もこの機会に骨密度を測定 やすい閉経前後の方はもちろん、若い 骨の健康度を知りましょう。

※一人1時間30分程度の予定。 保健センター

8月30日田現在、市内在住の

D8月31日用午後1時3分~4時30分

(C) 8月31日川午前9時~正午

図8月30日田午後1時3分~4時30分

※骨粗しょう症治療中の方、妊娠中ま 20~64歳の女性 してください。 たは妊娠の可能性のある方は、遠慮

定 員 各コース50人 (申込多数の場 合は、受診歴などを考慮し選考)

検査結果の返却と見方、予防 骨密度測定(前腕骨のX線撮

> 申込み 7月17日金~8月7日金の 午前8時30分から、電話または直接 のための運動・食事・生活の話、 保健センターへ 食、乳がんモデルを使った自己検診法

+ 受けていますか?予防接種

う、 お子さんが感染症にかからないよ 予防接種を受けましょう。

0 ○ほかの予防接種を受けるまでの間 ひとつの予防接種で時期をずらし 隔に違いがあります。

○予防接種の種類により、接種年齢は まうと公費(無料)で接種できませ 異なります。対象年齢を過ぎてし 間内に受けましょう。 て複数回接種するものがあります。 ん。予防接種の計画を立て、必ず期

※予診票を紛失した方、転入した方は ※詳しくは、問い合わせてください。 ターへお越しください。 母子健康手帳を持参し、保健セン

予防接種の種類と接種年齢

□三種混合(ジフテリア・百日咳・破傷風) ロポリオ 3か月~7歳5か月 BCG 3~5か月

第1期 3か月~7歳5か月に3 ら3回目は20~56日の間隔をあ (1回目から2回目、2回目か

試

第 4 期 高校3年生相当

などに広く活用します。 優秀作品は、健康づくりの普及啓発

応募資格 市内在住の方

※1人3作品までとし、未発表の作品 に限ります。

応募方法 **応募締切** 9月11日金(必着)

①公共施設に設置の応募箱…応募用 **応募箱の設置場所**…保健センター、図 ティセンター、いこいの里、 グセンター、ゆとろぎ、コミュニ 書館、スポーツセンター、スイミン 紙に必要事項を記入し、応募箱へ 福祉セ

けて接種

第1期追加 年6か月) (第1期の3回目接種後1年~1 3か月~7歳5か月

②郵送・ファクス・Eメールでの応募

ンター(社会福祉協議会)

…件名を「健康づくり標語応募」と

□MR (麻しん・風しん) □二種混合(ジフテリア・破傷風) 小学校6年生(11~13歳未満)

応募先 保健センター「健康づくり標

住所・氏名・電話番号」を記入し、 し、「作品(1通につき1作品)と

保健センターへ

第1期 1歳児 第2期 5~7歳未満(小学校入学 前1年間)

第3期 中学校1年生相当 ※中学校1年生・高校3年生相当の して接種が必要です。 方は、制度改正による経過措置と

発表・表彰 第18回羽村市健康フェア

⊠s305000@city. hamura. tokyo. jp 緑ヶ丘5-5-2M554-4767 語」係〒205-0003羽村市

会場(10月11日印富士見公園)

平成22年度健康づくり標語募集

り」を活用してください 医療機関案内サービス「ひまわ

※応募作品は返却しません。

※匿名による応募は無効です。

※応募作品の著作権は市に帰属します。

医療機関案内(24時間体制)

電話受付 03-5272-0303

ファクス受付 ※ホームページ・携帯電話サイトは、 聴覚・言語障害者向け ングル・タイ語・スペイン語) 0 8 0 ができます。 「東京都ひまわり」で検索すること 03 - 5285 - 8

外国籍の方向け(英語・中国語・ハ

電話受付 03-5285-8181 (午前9時~午後8時

健康は 我が家の自慢 我が家の宝(平成21年度健康づくり標語)

PRINTED WITH SOY INK 広報はむらは再生紙を 使用しています

お嫁さんがやってきた!

ながらく一人でさびしい思いをしてき たインドタテガミヤマアラシのヤマト(オ ス) に、待望のお嫁さんがチェコ共和国か らはるばるやってきました。

ヤマトより4歳年下の平成20年生まれ です。約2・3年で繁殖が可能となります。 これからヤマトとお見合いをし、その後 -緒に暮らして将来の繁殖を目指します。 ヤマアラシの特徴である針状の体毛がど



のような状態で生 まれてくるのか、 赤ちゃんの誕生が 楽しみです。

廿合問 動物公園

▲ヤマトのお嫁さん



■ 7 月後半の休日診療

		[休日]	わかくさ医院	7	579-0311
	19 日(日)	[準夜]	福生市保健センター	T	552-0099
		[歯科]	森谷歯科医院	7	555-9872
		[休日]	小﨑クリニック	7	554-0188
		[準夜]	高水医院(瑞穂町)	7	557-0028
		[歯科]	矢野歯科医院	吞	555-3363
		[休日]	いずみクリニック	7	555-8018
	26 日(日)	[準夜]	福生市保健センター	7	552-0099
		[歯科]	渡邊歯科医院	T	570-1688

[休日] [歯科] … 午前 9 時~午後 5 時

[準夜] … 午後 5 時~ 10 時

- ※各医院によって受付時間が異なる場合もあります。 注意してください。
- ※上記の時間以外は、東京都医療機関案内サービス「ひまわり」

☎ 03-5272-0303 (24 時間対応) へ

問合せ 保健センター

■水道の漏水などの問合せ

水道事務所または、鈴木土建㈱(☎554-2414)へ

	E SUN	月 MON	火 TUE	7K WED	木 THU	金 FRI	± SAT
	日 時 7 (予備 E 午前 8	第 45 回 年少女球技大 7 月 18 日(土)・19 日:20 日(月)、8 月 時 30 分試合開始 富士見公園グラ	日(日) 日(日))	15 図 [休] 館內整理日 ② 入会説明会 午後1時30分~	16 コお好み講座 (華道) 午前 10 時~ 中あそびの ポケット 午前 11 時~	17 コお好み講座 (碁・将棋・俳句) 午前 10 時~ 西あそびの ポケット 午前 11 時~	18 雨土・日開庁 図 小学生向け おはなし会 午前 11 時~
郷かるブケー	らブタ・かう		21 東 おしゃべり場 午前 10 時~ □ お好み講座 (民踊) 午後 0 時 30 分~	22	23	24 コ お好み講座 (碁・将棋) 午前 10 時〜	25 ・日開庁 羽村駅東口周辺 第34回はむら 夏まつり 午後3時~
羽村 第34 夏ま	5 市土・日開庁 対駅東口周辺 4回はむら ミつり 会3時~	27	28 □ お好み講座 (民踊) 午後0時30分~	29	30	31 □ お好み講座 (碁・将棋) 午前 10 時~	1 雨土·日開庁

- 市市役所出间 **2** 555-1111 羽村駅西口連絡所出间 **25** 554-8320
 - 三矢会館連絡所出间 **5** 554-8214 小作台連絡所出间 **2** 554-9656
 - 生涯学習センターゆとろぎ(月) 🕿 570-0707 図書館(月) **2** 554-2280
 - スポーツセンター(月) **5** 555-0033 スイミングセンター(月) ☎ 579-3210
 - 郷土博物館(月) **2** 558-2561 水道事務所出(印) **5** 554-2269 コミュニティセンター 🕿 554-8584

2 555-9255

※() 内は休館日

弓道場(月)

郷

(7K)

- ボ 市民活動・ボランティアセンターはむら(用)
- **2** 578-5252 **7** 554-0304 福祉センター
- いこいの里(月の最終日曜日) ☎ 578-0678
- 地域包括支援センター
 - 市役所内出间 **5** 579-7785
 - 地域包括支援センター相談連絡所
- いこいの里印 **2** 579-0151 保健センター(土)(日) **2** 555-1111
- 平 平日夜間急患センター **2** 555-9999
 - 子ども家庭支援センター(土)(日) 2 578-2882 産業福祉センター(月) **5** 579-6425

- 中央児童館金
- **2** 554-4552 西児童館(火) **2** 554-7578
- (東) 東児童館休 **2** 570-7751
- 富士見斎場 **2** 555-6269 (富)
- リサイクルセンター(土)(日) 25 578-1211
- 消費生活センター(土)(日) ☎ 555-1111
- - 羽村駅西口土地区画整理事務所出间
 - **5**70-7474
- 農産物直売所 **2** 579-5467 動 動物公園(月) **2** 579-4041
- 休 自然休暇村 **2** 0551-48-4017 シルバー人材センター(土)(日) 🕿 554-5131