



**骨粗しょう症予防検診
＋乳がん自己検診法
ミニ講座付き！**

骨密度は年齢を重ねるごとに減少します。定期的に測定し、健康づくりに役立てましょう。
また、乳がん自己検診法についても話します。

- コース・日時**
- (A) 8月28日(木)午前9時～正午 4時30分
 - (B) 8月28日(木)午後1時30分～4時30分
 - (C) 8月30日(土)午前9時～正午 4時30分
 - (D) 8月30日(土)午後1時30分～4時30分
- ※1人1時間30分程度を予定。

会場 保健センター
対象 検診日現在、市内在住の20～64歳の女性

※骨粗しょう症治療中の方、妊娠中または妊娠の可能性がある方は遠慮してください。

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)

内容 骨密度検診(前腕骨のX線撮影)、検査結果の返却と見方、予防のための運動・食事・生活の話、試食、乳がん自己検診法

申込み 7月16日(水)～31日(木)の午前8時30分から午後5時までに、電話または直接保健センターへ

○現在、気管支ぜん息にかかっている方
○健康保険などに加入している方

○申請日以降喫煙しない方
助成内容 気管支ぜん息に関する保険適用後の自己負担額、吸入器購入およびレントゲン費用や認定された疾病以外の治療にかかる医療費などは助成の対象となりません。

必要書類

- ① 認定申請書
- ② 主治医診療報告書
- ③ 健康・生活環境に関する質問票
- ④ 1か月以内に作成された住民票
- ⑤ 健康保険証の写し

※後期高齢者医療被保険者証と高齢受給者証をお持ちの方はその写しも必要です。
※必要書類は保健センターにあります。

**気管支ぜん息の患者の方へ
医療費助成(拡大分)
事前申請受付中**

東京都では、8月から、気管支ぜん息の医療費助成対象年齢を全年齢に拡大します。
新たに対象となる方

18歳以上で次の要件をすべて満たす方
○都内に引き続き1年以上住所を有する方

申請先 保健センター

※詳しくは、問い合わせてください。

団体のひろば



おでかけください

▼水彩画サークル 萌 第8回作品展

メンバーの一年間の成果約50点を展示します。ぜひ、お越しください。

7月24日(木)～27日(日)午前10時～午後6時(24日は午後1時から、27日は午後4時まで) / ゆとりぎ展示室 / ☎555519048小澤

▼第26回はむら灯籠流し

生きている幸せを祖先に感謝し、未来の幸せを願うため、今年も灯籠流しを行います。灯籠の組み立ても一緒にを行います。8月2日(土)午後6時30分～8時30分(雨天の場合は3日(日)) / 羽村堰下臨時駐車場 / 灯籠代11基1000円※灯籠に貼る祈願札は会場受付で用意します(200円) / ☎5519667羽村市観光協会

▼募集中です

▼認知症地域指導者研修in羽村
認知症ケアの新しい試み、地域との共生
認知症の症状や介護の経験などの講演を行います。

8月3日(日)午前9時30分～午後4時30分 / ゆとりぎ / 対象は認知症の方とかわりがある方、認知症に関心がある方など / 定員40人(先着順) / 費用2000円(テキスト代込み) / 後援は羽村市社会福祉協議会 / 申込みはNPO法人福祉振興会 / ☎012011414137

▼水泳アメンボクラブ

楽しみながら運動不足の解消と体力アップをしませんか。初心者歓迎。
毎週木曜日午前9時～11時 / スイミングセンター / 月額3000円・入会金1000円 / 指導は布施伸子 / ☎5510735佐藤

平成 21 年度健康づくり標語募集

優秀作品は、健康づくりの普及啓発などに広く活用します。

応募資格 市内在住の方

※ 1人あたりの応募数に制限はありませんが、未発表の作品に限ります。

応募期間 9月12日(金)(必着)

応募方法

①公共施設設置の応募箱

応募用紙に必要事項を記入し、応募箱へ

◆ 応募箱設置施設… 保健センター、図書館、スポーツセンター、スイミングセンター、ゆとろぎ、富士見公園クラブハウス、コミュニティセンター、市民活動・ボランティアセンターはむら

②郵送・ファクス・Eメール

作品(1通につき1作品)と住所・氏名・電話番号を記入し、保健センターへ

※ ファクス・Eメールによる応募の場合は、件名を「健康づくり標語応募」としてください。

応募先 〒205-0003 羽村市緑ヶ丘5-5-2

羽村市保健センター「健康づくり標語」係

FAX 554-4767 ☒s305000@ci ty. hamura. tokyo. jp



「夏まつり、ビールがうまくて
まっかっか」詠人はむりッ
★健康のため飲みすぎ
には注意しましょう。

発表・表彰 第17回健康フェア会場(10月12日(日)富士見公園)

※匿名による応募は無効です。
※応募作品は返却しません。
※応募作品の著作権は羽村市に帰属します。

受けていますか? 予防接種

母親から子どもに受け継がれた病気に対する抵抗力(免疫)は、自然に下がっていきます。お子さんが感染症にかからないよう、予防接種を受けましょう。

予防接種の種類と接種年齢

BCG

↓6か月未満

ポリオ

↓3か月〜7歳6か月未満

三種混合(ジフテリア・百日咳・破傷風)

↓第1期 3か月〜7歳6か月

未満に3回(1回目から2回目、2回目から3回目は、20〜56日の間隔をあけて接種)

↓第1期追加 3か月〜7歳6か月未満(第1期の3回目接種後1年〜1年6か月)

↓二種混合(ジフテリア・破傷風)

↓小学校6年生(11〜13歳未満)

MR(麻しん・風しん)

↓第1期 1歳児

↓第2期 5〜7歳未満(小学校入学前1年間)

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

↓第3期 中学校1年生相当
↓第4期 高校3年生相当

注意

●他の予防接種を受けるまでの間隔に違いがあります。

●同じ予防接種で時期をずらして複数回接種するものがあります。

●予防接種の種類により、接種年齢が異なります。対象年齢を過ぎてしまうと無料で接種することができません。

※予診票を紛失した方、転入してきた方は、母子健康手帳を持って、保健センターへお越しください。

「団体のひろば」の申込み・掲載方法を変更します

「団体のひろば」は、市内の公共施設などで活動し、市内在住の方で構成された団体を対象に、会員募集や催しものの案内などを掲載します。

政治・宗教活動に関するもの、営利などを目的としたものや個人的な活動(講師自らが生徒などを募集して行う活動を含む)と認められるものなどは、掲載できません。

● **申込方法** ● 市ホームページまたは広報広聴課広報係にある申込用紙に必要事項を記入し(必要事項が記入されていれば別紙でも可)、直接広報広聴課広報係へ(電話連絡の後であれば、ファクス・Eメールでも可)

▶ 締切日の3か月前から申し込むことができます。

▶ 掲載後に生じた問題について、市は一切責任を負いません。

▶ 同一内容のもの(団体の会員募集などを含む)の掲載は、3か月以上間隔を空けていただきます。

● **原稿締切日** ● 発行月前月の15日(締切日が、土・日曜日、祝日の場合は、その前日)

● **掲載方法** ● 先着順(締切日までに提出した場合でも、掲載記事数が多いときなどは、希望月に掲載できないことがあります)

● **掲載内容** ● ①タイトル②紹介文③日時④会場⑤対象⑥定員⑦費用

⑧持ち物⑨講師・指導者など⑩主催・共催など⑪申込み・問合せ

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。問い合わせ 広報広聴課広報係

▼ウルトラBBC(バスケットボール)

小学校4・5年生大募集。

一緒に楽しく練習しましょう。体験希望の方は、連絡の上、活動日にお越しください。

毎週水曜日午後3時30分〜6時
/スポーツセンター/対象||小学校4〜6年生/月額||1000円・年額||5000円(保険代)
/指導||田村 香/☎5791604森友(午後7時以降)

▼書道サークルひまわり

かきかた・ペン・筆ペン・毛筆を楽しく学びませんか。競書雑誌もあります。

土曜日(月3回)午前9時30分〜11時30分(無料体験日||7月19日(土))/ゆとろぎ/月額||高校生以下2500円・大人3000円、入会金||1000円/☎0428121172
20山崎(午後4時以降)

