



保健推進委員会 合同研修会

健康でいつまでも安心して暮らせるまちを目指し、地域の健康づくりを推進する保健推進委員会を市内各町で組織して1年が経ちます。保健推進委員会の合同研修会を次の日程で開催しますので、健康づくりに興味のあるかたなど、ぜひご参加下さい。

糖尿病予防講座

Table with 5 columns: 日程, 時間, 内容, 講師, 持ち物. Includes dates like 11月27日(木) and 12月4日(木).

内容 活動発表と講演会 講師 武井正子氏(順天堂大学名誉教授) 申込み・問い合わせ 電話で健康課へ

糖尿病予防講座 血糖値が高めと いわれた時あなたは...

健康診断の結果で血糖値が高めといわれたかたにお勧めの講座です。糖尿病にならないうために、仕組みと予防につ

いて学習を深めましょう。日時・内容・講師等 右表のとおり

場所 いきいきプラザ2階 (20日目は1階運動指導室) 対象 2日間参加できる市内在住・在勤のかたで、運動をして体調に支障のないかた(糖尿病の薬物療法中のかたはご遠慮下さい) 定員 30名(先着順) 申込み・問い合わせ 11月6日(木)午前8時30分から電話で健康課へ

多摩東村山保健所 ☎394・3111

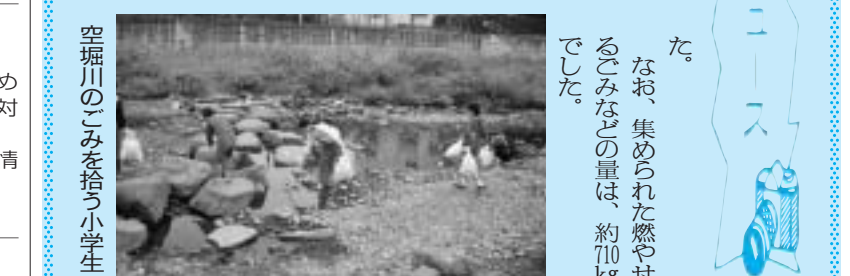
- 精神保健相談 内容 不眠や対人関係などの悩みを持つかたとその家族を対象に、専門医・保健師が相談に応じます。 日時 11月11日(火)・13日(木)午後1時30分~3時 場所・申込み 同保健所へ

公立昭和病院 ぜん息教室

日時 11月9日(日)午前10時30分~正午 場所 公立昭和病院(小平市天神町2-450) 対象 気管支ぜん息患者とその家族 内容 成人のぜん息発作時の治療について、医師・薬剤師による講話 参加費 無料 ※申込み不要、直接会場へ 問い合わせ 公立昭和病院呼吸器科外来(☎0424・610052)

市内全域で清掃作業 「環境美化デー」が行なわれました

去る10月11日に市の「いのちの教育」推進プラン事業の一環として、市内小中学生が通学路などに拾われていたごみや空き缶・空きびんなどを拾う「環境美化デー」が行なわれました。当日は、青少年対策地区委員のかたを中心に、各地域の市民の皆さんも参加し、清掃作業を通して小学生は地域の皆さんとの交流を深めることができました。



空堀川のごみを拾う小学生

痴呆老人相談

内容 痴呆でお悩みの家族を対象に、専門医・保健師が相談に応じます。 日時 11月19日(水)午後1時30分~3時 場所・申込み 同保健所へ

酒害相談

内容 お酒のことでお困りの本人、家族を対象とした個別相談 日時 11月21日(金)午後1時30分~3時 場所・申込み 同保健所へ

多摩小平保健所情報ルームリニューアル記念講演会

日時 11月19日(水)午後2時30分~5時 場所 多摩小平保健所(小平市花小金井1-31-24) 定員 120名(先着順) 講演 「子どもたちに命の大切さを伝えるために」、「この冬のインフルエンザ・SARS対策を考える」 講師 砂川富正氏(国立感染症研究所感染症情報センター主任研究官)ほか ※申込み方法等詳細はお問い合わせ下さい。 問い合わせ 多摩小平保健所(☎0424-50-3111)

市内全域で清掃作業 「環境美化デー」が行なわれました

去る10月11日に市の「いのちの教育」推進プラン事業の一環として、市内小中学生が通学路などに拾われていたごみや空き缶・空きびんなどを拾う「環境美化デー」が行なわれました。当日は、青少年対策地区委員のかたを中心に、各地域の市民の皆さんも参加し、清掃作業を通して小学生は地域の皆さんとの交流を深めることができました。

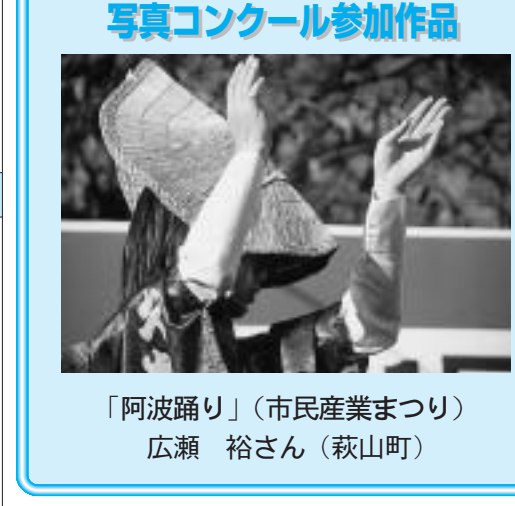
親善訪問団が姉妹都市インディペンデンス市を訪問しました

去る10月3日から9日間、姉妹都市提携25周年を記念して親善訪問団一行(団長細瀨市長をはじめ36名の市民)が、米国ミズーリ州インディペンデンス市(イ市)を訪れ、各家庭にホームステイをしながら両市の親交を深めてきました。



市の間では、学生の相互交流や相互の親善訪問、市立回田小学校とイ市立グレンデール小学校との姉妹校提携、イ市役所に日本庭園を造るなど、姉妹都市として

第3回大好き東村山 写真コンクール参加作品



「阿波踊り」(市民産業まつり) 広瀬 裕さん(萩山町)

しての友好が年々深まっています。

乳児学級

対象 平成15年2月~6月生まれのお子さん

Table with 3 columns: コース, 日, 時. Includes dates like 12月4日(木) and 11月15日(木).

場所 いきいきプラザ2階 内容 1日目(保育編)=親子で楽しむ遊び・育児についての話、2日目(離乳食編)=離乳食の進め方の話・保護者の試食 定員 ①、②とも各20名(先着順) 持ち物 母子手帳 申込み 11月5日(水)午前8時30分から電話で健康課へ

休日・休日準夜応急診療所

Table with 3 columns: 診療所名, 所在地, 電話番号. Includes 高橋歯科医院, 内田歯科医院, etc.

休日準夜応急診療所 会場 いきいきプラザ1階 (本町1-2-3) ☎394・6900 午後6時~9時45分

受診する時は健康保険証を忘れずに

日曜日、祝日に急に体の具合が悪くなり、救急車を利用するまでもないが、早く医師の診察を受ける必要のあるかたは、次の医療機関をご利用下さい。