

子育て支援課から
郵送申込みは〒189-8501子育て支援課へ

ハローベビークラス (平日)

対象 妊娠中で安定期のかたとその家族
場所 いきいきプラザ2階(4/26はいきいきプラザ1階)

日程	時間	内容
4月8日(木)	午後1時15分～4時	先輩ママとの交流 妊娠中のからだの変化 赤ちゃんのおふろ
4月22日(木)		妊娠からの食生活 母と子の歯の健康
4月26日(月)		お産の進み方 呼吸法 妊婦体操

持ち物 母子手帳、筆記用具(4/22は歯ブラシ、コップ、手鏡)
講師 管理栄養士、歯科衛生士、助産師ほか
申込み不要、直接会場へ

ハローベビークラス (土曜日)

対象 妊娠経過が順調なかたとそのパートナー
30週を超える場合はご連絡ください。
日時 4月24日(土)午前10時～午後0時30分(受付は午前9時45分から)
場所 いきいきプラザ2階
内容 赤ちゃんの保育、おふろの入れ方、先輩パパとの交流
定員 先着25組
持ち物 母子手帳
講師 助産師ほか
申込み 電子申請(市のホームページの「ネット申請」からアクセス、1組1回)又は往復はがき(1組1枚)に 教室名、お二人の氏名、住所、電話番号、出産予定日を明記し、3月19日(金)から子育て支援課へ

妊婦歯科健診

日時 4月19日(月)午後1時30分～3時(受付は午後1時20分～2時40分)
場所 いきいきプラザ2階
内容 歯科健診、歯科相談、保健・栄養相談
定員 先着20名
持ち物 母子手帳、歯ブラシ、タオル、コップ
申込み 電子申請(市のホームページの「ネット申請」からアクセス、1人1回)又は往復はがき(1人1枚)に 健診名、氏名、住所、電話番号、出産予定日を明記し、3月19日(金)から子育て支援課へ

乳幼児健康診査

受付 午後0時40分～2時
場所 いきいきプラザ2階

3～4か月児健康診査
平成21年12月11日～31日生まれ=4月7日(水)
平成22年1月1日～20日生まれ=4月21日(水)

1歳6か月児健康診査
平成20年9月1日～20日生まれ=4月9日(金)
平成20年9月21日～10月10日生まれ=4月23日(金)

3歳児健康診査
平成19年2月21日～3月10日生まれ=4月14日(水)
対象者には個別に通知します。通知が届かないかたは子育て支援課へお問い合わせください。

健康課から
郵送申込みは〒189-8501健康課へ

胃・大腸がんセット検診(車検診)

対象 昭和50年12月31日以前に生まれた市内在住のかた
胃を治療中、又は切除したかたはご遠慮ください。

日程 5月10日(月)・11日(火)・12日(水)・17日(月)・18日(火)・20日(木)・21日(金)・24日(月)

時間 午前9時～11時
場所 いきいきプラザ1階
内容 問診、胃のレントゲン撮影(バリウム)、大腸がん検診(検便方式)
定員 先着360名
費用 1,500円
申込み 3月17日～23日(消印有効)までに、電子申請(市のホームページの「ネット申請」からアクセス、1人1回)又は往復はがき(1人1枚)に「胃・大腸がんセット検診」、検診希望日(第2希望まで)、氏名(ふりがな)、生年月日、住所、電話番号を明記し、健康課へ健康課の窓口(いきいきプラザ2階)でも申込みを受け付けます。(50円はがきを持参)

犬を飼っているかたは 次のことが義務づけられています

- ①犬の登録
- ②毎年1回の狂犬病予防注射と注射済票の交付手続

問い合わせ 健康福祉部健康課

発達障害って、なに？

ここ数年、発達障害という言葉が社会的関心を集めています。早期に発見し、家庭や学校と協力して適切な対応をすることで、小児から成人までの全段階での社会適応を改善するのが発達障害医療の目的です。

発達障害に含まれる疾患の主なものとしては、境界程度の知的障害、学習障害、注意欠陥多動性障害(AD/HD)、広汎性発達障害(自閉症、アスペルガー症候群など)の4者が中心です。境界程度の知的障害や学習障害の子どものみならず、その知的能力や学習能力を正確に評価し、能力にあった学習や生活面での指導を工夫することが重要です。そうでないと本人の負担が過大になり、自信を失くしてしまい、学校や社会での適応に障害をきたします。

注意欠陥多動性障害の子どもの場合は、わがままな性格、親のしつけが悪い、などと誤解され、不適切な対応や指導をされます。このためさらに症状の悪化を招き、症状悪化スパンが広がります。

東村山市医師会

新型インフルエンザ 予防接種助成の受付は3月31日(水)で終了します

非課税世帯及び生活保護世帯に属するかたのワクチン接種無料券の申請受付は3月31日(水)で終了します。

ワクチン接種無料券の交付を受けたかたは、3月31日(水)までに、市内実施医療機関で接種を終了してください。

市外で接種するかたは、3月31日(水)までに接種を終了し、4月9日(金)までに次のものを用意して、健康課(いきいきプラザ2階)で申請してください。

○接種者名及び接種回数記載された領収書
○口座振替のため、通帳又は通帳のコピー
○印鑑
○健康保険証(非課税世帯のかた)
問い合わせ 健康福祉部健康課

平成22年度 狂犬病予防注射のお知らせ

日時・場所 下表1・2のとおり

料金 3千550円(注射料金3千円、注射済票550円)
※市指定動物病院で右記の料金で注射が受けられるのは、4月1日(木)～30日(金)です。

★屋外会場や市指定動物病院以外で狂犬病予防注射をする場合は、5月以降に市指定動物病院で注射をする場合は、料金が異なる場合があります。

表1 狂犬病予防注射・屋外会場

実施日	会場	住所	実施時間(厳守)
4/8(木)	萩山小学校南側公園(萩山小学校正門前)	萩山町2-13-6	午前9時30分～10時
	富士見町市営住宅公園	富士見町1-2-15	午前10時30分～11時
	多摩湖町1丁目消防詰所跡地	多摩湖町1-37	午前11時30分～正午
	市民センター駐車場市街側	本町1-1-1	午後1時30分～2時
4/9(金)	恩多町稲荷神社	恩多町3-33-2	午前9時30分～10時
	国立療養所多磨全生園	青葉町4-1-1	午前10時30分～11時
	秋津町氷川神社	秋津町4-13-1	午前11時30分～正午
	久米川町熊野神社	久米川町5-13	午後1時30分～2時

雨天時は中止となり、予備日はありません。病院会場又は他の動物病院で注射をしてください。
萩山小学校南側公園会場は、昨年度と場所が変更になりましたので、ご注意ください。
全生園会場へは、正門から入り、右手にお進みください。
他市で実施する屋外会場は利用できません。
車での来場はご遠慮ください。

表2 市指定動物病院会場一覧

病院名	住所	電話
久米川みどり動物病院	栄町1-9-12	392-0205
八マダ動物病院	廻田町1-15-20	394-4486
東村山動物病院	久米川町3-29-34	396-1122
山内アニマルセンター	栄町2-22-22-1F	393-7878
いしむら犬猫病院	久米川町2-31-58	399-3153
いそべ動物病院	東久留米市中央町4-8-10	042-471-0031
かざま動物病院	東久留米市中央町2-6-50	042-453-8111
くるめ動物病院	東久留米市八幡町3-3-12	042-477-3443
どんぐり動物病院	東久留米市下里5-9-15	042-475-5562
田中動物病院	東久留米市東本町4-9	042-474-0533
しみず動物病院	小平市小川東町1-31-9	042-341-4555
みた動物病院	小平市天神町1-23-2	042-346-1119

休診日・診察時間等は各動物病院にお問い合わせください。
市内の5動物病院(太字)では、4～6月は、犬の新規登録手続もできます。

保健推進員を募集します

市では、「健康でいつまでも安心して暮らせるまち」を目指し、健康づくり活動を進めています。保健推進員になると、健康に役立つ活動を行うので、自身や家族の健康づくりにも役立ちます。また、新しい仲間が増え、地域を知る機会にもなります。ぜひご応募ください。

応募資格 市内在住で健康

任期 2年(平成22年4月1日～24年3月31日)

応募方法 電子申請(市のホームページの「ネット申請」からアクセス)又ははがきにて「保健推進員希望・住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号・職業を明記し、3月31日(消印有効)までに〒189-8501健康課へ

問い合わせ 健康福祉部健康課

青少年の健全育成をはかるために

東村山市 体育指導委員会の取り組み

体育指導委員会は、発足当初、気軽に楽しめるゲートボールの普及に取り組み、また、地域住民に対してレクリエーションの実施指導にあたりました。

その後、各町に体力づくり推進委員会が発足し、いつでも、どこでも、だれもが「スポーツフレズ」に活動しています。体力づくり推進委員会では、スローピッチソフトボールやテニスバットの普及に取り組み、今では、市民大会も行われております。

このほか、毎年開催する町内運動会では、幅広い年齢層の方々に楽しんでいただけるプログラムを用意していますので、ご家族でぜひご参加ください。

昭和の後半から、テレビゲームの普及により家の中で遊ぶ子どもが増え、それに伴い子どもたちの体力低下が進み始めたと言われています。体育指導委員会も体力測定等を開催し、運動を通じて、強い体と心を育てるため、また、子どもたちの居場所づくりのため、誰でも気軽に楽しめる「ニュースポーツ」の普及に取り組んでいます。

現在は、小学生から高齢者まで楽しめる「ビーチボール」の普及のため、各町や学校、児童クラブをまわり、スポーツ教室を開催しています。その結果、大会が開催できるようになり、今後は小中学生にも広めていきたいと思っております。

今後も、関係機関と連携を取り合い、市民の健康、体力維持増進、青少年の居場所づくり、健康育成に寄与していきます。

東村山市体育指導委員会

東村山市 体育指導委員会の取り組み

ゲームの普及により家で遊ぶ子どもが増え、それに伴い子どもたちの体力低下が進み始めたと言われています。体育指導委員会も体力測定等を開催し、運動を通じて、強い体と心を育てるため、また、子どもたちの居場所づくりのため、誰でも気軽に楽しめる「ニュースポーツ」の普及に取り組んでいます。

現在は、小学生から高齢者まで楽しめる「ビーチボール」の普及のため、各町や学校、児童クラブをまわり、スポーツ教室を開催しています。その結果、大会が開催できるようになり、今後は小中学生にも広めていきたいと思っております。

今後も、関係機関と連携を取り合い、市民の健康、体力維持増進、青少年の居場所づくり、健康育成に寄与していきます。

東村山市体育指導委員会