

健康ガイド

健康課(保健センター)
 ☎042-321-1240
 〒184-0015
 貴井北町5-18-18

骨粗しょう症検診

時12月19日(土)午前8時30分～午後5時(正午～午後1時を除く) 所保健センター 対令和2年12月31日現在、35・40・45・50・55・60・65・70歳の女性※X線検査のため、妊娠中の方は受診できません 定180人(多数抽選) ¥無料他▽時間の指定はできません▽申込結果は、11月下旬に郵送します 申10月30日(必着)までに、郵送(1人1通)で「骨粗しょう症検診申込」住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号を明記し、健康課へ

11月の乳幼児・産婦健康診査

健康診査名	とき	対象
3～4か月児・産婦健康診査	11/5(木)	令和2年7月生まれの乳児と母親
1歳6か月児健康診査	11/10(火)	平成31年4月生まれの幼児
3歳児健康診査	11/11(水)	平成29年10月生まれの幼児

※指定された時間にお越しください

対象の方には、案内状を郵送しますので、届かない方は、ご連絡ください。
 他個別受診も可能
 問健康課

11月の各種事業案内

問健康課

	とき	ところ	内容
乳幼児健康相談(のびのび広場相談)	11月4日(水) 13:30～15:30	公民館 貴井南分館	▷身体測定、育児および保健・栄養相談・母乳相談 ▷歯科相談(奇数月の公民館東分館のみ実施) 対乳幼児。妊産婦 他持ち物等があります。事前に予約してください。月1回のみ参加可
	11月6日(金) 13:30～15:30	前原町丸山台集会所	
	11月12日(木) 9:30～11:00	保健センター	
	11月13日(金) 13:30～15:30	婦人会館	
	11月18日(水) 13:30～15:30	公民館 東分館	
	11月26日(木) 9:30～11:00	保健センター	
成人健康相談(医師・保健師)	11月20日(金) 13:30～15:00	保健センター	{担当医} 岡本(腎臓内科) 浅沼(整形外科) ▷血圧測定、体脂肪測定、健康相談など ▷医師との相談は13:30～14:45(要予約。ただし当日空きがあれば予約なしでも相談可) ▷聴覚検査(要予約)
歯科健康相談(歯科医師)	11月18日(水) 15:00～16:00	保健センター	{担当医} 尾崎 ▷要予約
栄養相談(管理栄養士)	11月20日(金) 13:30～15:30	保健センター	▷食生活で気になることや食事療法、離乳食など▷要予約▷別の日程をご希望の方は、ご相談ください



※保健師・管理栄養士・歯科衛生士による電話相談は随時受け付けます

BCG接種

時11月9日(月)、20日(金) 午前9時30分～10時45分 所保健センター 対1歳未満の乳児(標準的な接種年齢は、生後5か月～8か月未満) 他前日の夜から接種する腕(左腕)への塗り薬は控えてください
 問健康課

掛かりつけの医院・歯科医院・薬局はありますか?

体調等について、気軽に何でも相談できる、掛かりつけの医院・歯科医院・薬局を持つことで、早期に体調の変化に気づく専門家のサポートを受けられます。健やかな毎日を過ごすためにも、身近な掛かりつけ医院・歯科医院・薬局を持ちましょう。
 問健康課

母子保健情報ホームページのご利用を

妊娠期から乳幼児期に必要な母子保健情報や、予防接種などの情報提供を行うホームページ(こがねいっこ健康ナビ)を開設しています。
 マイページ登録をすると、妊娠週数やお子さんの年齢に合わせた情報の受信や、予防接種のスケジュールを組むことができる機能の利用ができます。ぜひ、パソコンやスマートフォンなどから登録してください。
【悪質なメールにご注意】
 最近自治体名をかたって、メー

ルアドレスを登録させる悪質な電子メール等が増えていきます。市では、個別に電子メールで登録案内を行うことは、一切ありませんので、十分ご注意ください。
■ホームページURL <http://koganei.city-hc.jp/> (下記QRコード)
 対妊婦および0～5歳児の保護者
 ¥無料※通信料は利用者負担
 問健康課



情報ア・ラ・カルト

このコーナーでは、市民グループなどの催し物等を紹介し、事業の実施内容に市および教育委員会は携わっていませんので、ご不明な点は、主催者にお問い合わせください。(掲載内容についての責任は主催者側に負っていただきます)

後援事業

掲載を希望する団体は、後援申請を行った担当課に記載方法・締切日などを確認してください。

催し・講座

●小金井市が舞台のアニメおちこぼれフルーツタルト放映に伴う市内コラボイベント 時令和3年1月31日(日)まで 所市内各所の対象の店で買い物等をした方に限定ポストカードをプレゼント。詳細はホームページ参照 問小金井アニメ協議会・西本(☎050-5326-6321) <https://koganei-anime.com>

●第1回マロン東京水彩会展 時10月15日(木)～19日(月) 午前10時～午後6時(19日は4時まで) 所小金井 宮地楽器ホール市民ギャラリー ¥無料 問同会・目黒(☎042-384-1576)

設グラウンド 対市内在住・在勤・在学の方 定60人(申込順) 内男女別1チーム5人の団体戦 ¥1チーム2,000円 申10月28日～11月3日に、電話で市ゲートボール協会・山口(☎090-4595-9739)へ

●秋季ソフトボール大会 時11月8日(日)、15日(日) 午前9時から 所上水公園運動施設グラウンド 対一般男子・女子 ¥1チーム5,000円(別途年間登録費5,000円) 申10月15日～30日に、電話で市ソフトボール連盟・渡辺(☎090-2666-0066)へ

●水泳教室 時11月21日～12月19日の土曜日午後3時から 所栗山公園健康運動センター 対小学校4～6年生 定18人(多数抽選) ¥800円 申11月2日(必着)までに、往復はがきで住所・氏名・性別・年齢・電話番号・泳力を体育協会 Jr.水泳係(〒184-0001 関野町1-13-1)へ 問市水泳協会・戸田(☎042-326-2087)

官公署 だより

■江戸東京たてもの園・ぬくもりと希望の空間一大銭湯展(第二期) 時10月24日(土)～令和3年1月31日(日) 所同園(都立小金井公園内) 内東京の銭湯文化の歴史をひもとき、人々とのかかわりやその変遷を

展観 問同園(☎042-388-3300) <https://www.tatemonoen.jp/>

■浅川清流環境組合議会 時11月9日(月) 午後2時から 所浅川清流環境組合可燃ごみ処理施設(日野市石田1-210-2) 内浅川清流環境組合(構成市=日野市、国分寺市、小金井市)の組合議会 問同組合(☎042-589-0555)

サークルのひろば

掲載を希望する団体は、公民館各館へ。開催日・場所等の詳細は、各団体へ。

◆小金井女声合唱団 原則毎週月曜日午前10時から、小金井 宮地楽器ホール練習室等で。楽しく、時に厳しく、美しいハーモニーをめざして練習しています。連絡は松田(☎070-6451-5008)

◆アジア少年剣士会・剣道 原則毎週火曜・木曜日午後5時から、土曜日午後4時から、亜細亜大学地下剣道場(武蔵野市)で。小・中学生、初心者歓迎。3,000円(月額)。連絡は檜谷(☎080-5681-8934)

◆陳氏太極拳 原則毎週金曜日午後1時30分から、土曜日午後3時から、総合体育館ほかで。初心者歓迎。連絡は篠崎(☎090-1814-4106)

◆歴史の会・古代史の勉強 原則第2・3・4水曜日午前10時から、上之原会館で。続日本紀などを読んでいます。講師は村田幸久さん。連絡は田口(☎042-384-2370)

