

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

胃がん内視鏡検査

時1月4日(木)～2月下旬
 所市内契約医療機関(令和6年3月31日現在50歳以上の方で、令和4年4月以降に同検査を受けていない方。なお、次の方は受診できません)▽今年度胃部X線検査を受けた方▽妊娠中、または妊娠していると思われる方▽入院中の方▽胃疾患で受療中の方▽胃全摘手術後の方等(定)20人(多数抽選) **¥3千円**※生活保護世帯・住民税非課税世帯の方は、減免制度があります**他**申込結果は12月下旬に郵送**申**12月8日(必着)までに、郵送(1人1通)で「胃がん内視鏡検査希望」・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号を明記し、健康課へ※市ホームページから申請可



息切れについて

息切れは医学用語では呼吸困難といいますが、息を吸ってもまだ足りないと感じることで、主観的なものです。息切れで受診される時には肺の病気をまず心配されるでしょうが、実は多様な疾患で生じます。呼吸機能が実際に低下している時は呼吸不全と記載し、心機能が低下してもやはり息切れを生じ心不全と記載します。新型コロナ感染症流行でパルスオキシメーターが普及して酸素飽和度が注目され、測定された方も多いと思います。確かに酸素飽和度の低下で息切れを生じますが、それ以外の要因も重要です。例えば貧血で酸素飽和度は低下しませんが、血中の酸素が減るために息切れを生じま

薬物乱用防止ポスター・標語展示会

市内の中学生が作成した薬物乱用防止をテーマとするポスターおよび標語(入賞作品)の展示会を開催します。
 時12月13日(水)～18日(月)午前9時～午後10時(13日は正午から、18日は1時まで) **所** 小金井 宮地楽器ホールマルチーパーパススペース**問**健康課

両親学級

時1月20日(土)午前9時30分～正午**所**保健センター**内**妊娠、出産、育児の話、沐浴実

習等**対**おむね16～27週の妊婦・パートナーの方(妊娠週数は目安です。初産婦の方のみ) **定**44人(各家庭2人可。申込順) **申**12月1日から、電話で健康課へ

離乳食教室

【1回食への進め方】

時1月16日(火)午前10時30分～11時15分、11時30分～午後0時15分**対**おむね4～5か月児の保護者

【2回食への進め方】

時1月16日(火)午後2時30分～3時45分**対**おむね6～7か月児の保護者

【3回食への進め方】

時1月12日(金)午後1時30分～2時45分**対**おむね8～11か月児の保護者

◆共通◆
所保健センター**内**歯科衛生士(1回食を除く)・管理栄養士による講義など**定**各回10人(申込順)**他**親子同室です**申**12月1日から、電話で健康課へ

妊婦歯科教室

時1月29日(月)午後0時45分から、1時45分から、2時45分から**所**保健センター**内**歯科衛生士による、歯磨き練習・各種測定・個別相談等**対**おむね16～27週の妊婦の方**定**各回4人(申込順) **申**12月1

日から、電話で健康課へ

むし歯予防教室

時1月11日～25日の毎週木曜日午前9時から、9時30分から**所**保健センター**内**歯磨きや栄養の相談など※希望者は歯科健診も受けることができます**対**令和3年7月生まれ(2歳6か月)～5年1月生まれ(1歳)の子ども※転入等で対象年齢を過ぎている場合は、ご相談ください**定**各回6人(申込順) **申**12月1日から、電話で健康課へ

子育て

予防接種等保健衛生事業は健康ガイドへ

親子で楽しむワークショップ
 ー粗大ごみを再利用してオリジナル時計を作ろう

時12月26日(火)午後1時30分～3時**所**野川クリーンセンター**対**市内在住の小学生と保護者**定**6組(申込順) **他**汚れてもいい服装でご参加ください▽車での来場はご遠慮ください▽くるかめくんと記念撮影する時間があります**申**12月1日から、電話または市申込フォーム



ひとり親家庭等医療費助成の申請受付

18歳に達した年度の末日(障がいがある場合は20歳未満)までの児童がいるひとり

親家庭などに対して、医療保険の自己負担すべき額から一部負担額を除いた額を助成します。

今まで受給していなかった方でも、令和4年中の所得が制限内の方は、令和6年1月1日から受給できる場合があります。

なお、すでに受給中の方は、改めて申請する必要はありません。

■受付期間12月1日(金)～28日(木) **■受付場所**子育て支援課手当助成係(市役所第二庁舎3階)☎042-387-9839)

赤ちゃんのためのおたのしみ会

時12月15日(金)午前11時～11時30分**所**公民館東分館**対**市内在住・在勤・在学の0～2歳児と保護者**定**10組(申込順) **申**12月1日から、電話または直接、図書館東分室(☎042-383-4550)へ

子ども家庭支援センター

【エンジェル教室】リズム遊び、離乳食の話、同じ地域の方との交流等を通じて育児を学びます。
 時①1月11日・25日②2月8日・22日③3月14日・21日いずれも木曜日午前10時～11時30分※2日間コース**対**おむね5か月児と保護者**申**①12月1日②1月4日③2月1日から、電話または直接、問合先へ

学習塾等受講料貸付金

東京都では、受験生チャレンジ支援貸付事業として、中学校3年生・高校3年生およびそれに準じるお子さんがいる一定所得以下の世帯に、学習塾等受講料および高校・大学等受験料の貸し付けを行っています。高校・大学等に入学すると申請により貸付金の返済が免除されます。

【学習塾等受講料貸付金】
 中学校3年生・高校3年生およびそれに準じる方 **申**20万円

【高校・大学等受験料貸付金】
 高校受験 **申**2万7千400円(1回あたり上限2万3千円・4回まで)、大学受験 **申**8万円

◆共通◆
■申請期限2月1日**他**▽貸し付けには一定の要件を満たす必要があります▽申し込みには数日かかるので、お早めにお申し込みください **■相談・受付窓口** 社会福祉協議会(☎042-386-0294) **問**地域福祉課地域福祉係(☎042-387-9915)

みんなで子育て応援ブック のびのびこがねいっ子掲載団体募集

のびのびこがねいっ子2024に、地域で子育て支援に関するサークル・グループ活動などを行っている団体の情報を掲載します。

■掲載基準 営利目的、政治・宗教的団体でなく、月会費が2,000円以下であり、原則、市内で活動している団体(子どもの居場所づくり事業補助金を受けている活動は除く)

他詳細は、市ホームページをご覧ください
申12月1日～19日に、所定の様式(子育て支援課、子ども家庭支援センター窓口で配布または、市ホームページからダウンロード)に必要事項を記入し、郵送、ファクスまたは直接、子育て支援課子育て支援係(〒184-8504住所不要・市役所第二庁舎3階 ☎042-387-9836 FAX042-386-2609)へ

【母親講座 ふたりめちゃん がやってきた】子どもとのかかわりのヒント

子どもの笑顔をみんなで守る 虐待かな?と思ったら (通告・相談)

・連絡は匿名で行うことも可能です
 ・連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます
 ・子ども家庭支援センター(相談窓口)
 ☎042-321-3146 月曜～土曜 午前9時～午後5時
 ▼児童相談所虐待対応ダイヤル(緊急時)
 ☎189

※お近くの児童相談所につながります
 ※☎189がつながらない場合は、☎0120-189-783へ