

任期付職員・会計年度任用職員募集

■採用予定日10月1日(火) 8504住所・市役所本庁舎1階☎042-387-9808) ②庶務課庶務係(〒184-8504住所不要・市役所第二庁舎7階☎042-387-9872)

■要項配布場所等職員課、市ホームページ

☎資格要件等詳細は、要項・市ホームページをご覧ください

☎郵送(必着)または直接、①は9月5日(木)までに職員課②は6日(金)までに庶務課へ

☎①職員課人事研修係(〒184-



任期付職員



会計年度任用職員

区分	業務名	月額報酬	募集人数
① 任期付	保育士	195,960円~ (経験・職歴により加算あり)	若干名
	保育士(育児休業代替)	216,890円	若干名
① 会計年度任用	保育園給食調理業務	159,000円	1人
	保育園看護業務(週2日)	94,600円	2人
	地域包括支援センター支援業務(社会福祉士)	203,100円	1人
	学童保育指導員業務	186,300円	1人
	母子保健業務	244,500円	1人
② 会計年度任用	小学校副担任業務	186,300円	10人
	教育相談員	203,100円	1人

健康ガイド

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

口の乾燥トラブル相談

☎10月2日(水)午後3時~4時15分
☎保健センター
☎唾液の分泌量測定・相談
☎市内在住の60歳以上の方

☎7人(申込順)
☎9月2日から、電話で健康課へ

体組成測定でボディメイク教室

脂肪・筋肉・骨など体を構成する体成分を測定し、健康について学び

ます。
☎10月4日(金)、10日(木)午前10時~午後0時30分(全2回)
☎保健センター
☎市内在住の20~49歳の方
☎20人(申込順)
☎保育有り
☎9月2日から、電話またはEメール

ルで、希望教室・住所・氏名・生年月日・電話番号・アレルギーの有無・保育の有無(有りの場合は子どもの氏名・生年月日・アレルギーの有無)を健康課(☎s050499@koganei-shi.jp)へ



胃がん内視鏡検査

☎11月1日(金)~12月28日(土)
☎市内契約医療機関(下表)
☎令和7年3月31日現在50歳以上の方で、令和5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▷胃全摘出術後の方等

☎400人(多数抽選)
☎¥3,000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
☎申込結果は10月中旬に郵送
☎9月20日(必着)までに、郵送で「胃がん内視鏡検診希望」・住所・氏名・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

医療機関名	電話	医療機関名	電話
うちやまクリニック	382-1715	小松外科胃腸科	381-3346
東小金井さくらクリニック	382-3888	小金井あおばクリニック	383-7149
さいとう医院	380-5510	小金井つかめクリニック	386-3757
ひがこ北内科クリニック	401-2353	小金井太陽病院	383-5511
かわべ内科クリニック	401-1860	桜町病院	383-4111
武蔵小金井クリニック	384-0080	貫井北町くろだ内科	386-7288

※表中、市外局番042を省略しています

健康メモ

いつのまにか骨折と骨粗鬆症とその予防

整形外科外来で診療を行っている、何もしていないのに、腰痛や腰背部痛を訴え、外来を受診する患者さんがいます。診察後、画像検査を行い、脊椎に圧迫骨折(骨粗鬆症性椎体骨折)があることが判明し、説明すると「えー、何もしていないのに骨が折れてしまうのですか」と聞かれることがあります。

このように外傷の既往なく、ちょっとした日常生活動作で生じた骨折を「いつのまにか骨折」といいます。

このような骨折が生じる原因として骨粗鬆症があります。骨粗鬆症は骨量が減り、骨が弱くなるため、折れやすくなります。また、骨折により日常生活動作に障害が

生じ、要介護の原因になることもあり、その予防が重要です。

予防の基本は食事と日光浴、運動です。バランスの良い食事とカルシウムの摂取が重要です。骨の形成に重要な役割をするビタミンDは、食事からの摂取だけでなく、紫外線に当たる(日光浴)と皮膚からも合成されます。夏は木陰で30分くらいの日光浴も有効です。適度な運動は、骨粗鬆症を予防し骨折を起こしにくくします。簡単にできる運動として、ウォーキングをおすすめします。

今回、いつのまにか骨折の話を中心に述べさせていただきましたが、すでに骨粗鬆症と診断されている方は骨折の予防に薬物療法が必要になることもあります。気になることがありましたらかかりつけ医にご相談してみるのもよいと思います。

小金井市医師会

増岡 一典

休日診療 受付時間：午前9時~正午、午後1時~5時

※診療科目にかかわらず、必ず電話で確認のうえ、受診してください
この休日診療は、小金井市医師会、小金井歯科医師会、小金井市薬剤師会の協力で実施しています。

《準夜》
受付時間
午後5時30分~9時
診療は、午後6時から

《休日歯科診療》
午前9時~正午
午後1時~5時
※応急処置に限ります

《薬局》 午前9時~正午、午後1時~5時 ※薬を処方された場合は、各医療機関受付にお問い合わせください

9月1日(日)	久滋医院 梶野町4-5-7 ☎042-383-2078	小金井ファミリークリニック 本町1-13-13 ☎042-382-3633	小金井太陽病院 本町1-9-17 ☎042-383-5511	小金井眼科クリニック 本町5-19-26 ☎042-385-7755	あらたこどもクリニック 本町3-9-8第2砂川ビル1階 ☎042-380-0033	吉田歯科医院 東町5-11-23 ☎042-381-1411
	にじ薬局 梶野町5-7-20 ☎042-316-4812		トモ工業局 本町店 本町1-5-12朝日パリオ ☎042-387-7911		こぐま薬局 小金井店 本町5-19-34ネオコート小金井 ☎042-388-9393	
9月8日(日)	東小金井クリニック 梶野町2-1-2アバンテージ武蔵野ヒルズA棟1F ☎0422-56-8630	東小金井駅前こどもクリニック 梶野町5-3-25-209クオオ東小金井パークフロント ☎042-387-1030	菊地脳神経外科・整形外科 東町3-12-11 ☎0422-31-1220	かわだ耳鼻咽喉科 梶野町5-10-54グランピア1F ☎042-384-8714	武蔵小金井駅前こどもクリニック 本町1-18-3ユニール武蔵小金井サイト203C ☎042-387-5533	アイリスデンタルクリニック 緑町5-12-11アティカ小金井101 ☎042-380-8846
	あゆみ薬局 梶野町2-1-2 ☎0422-56-8003		にじいろ薬局 梶野町5-9-9クレール1F ☎042-316-3795		たま調剤薬局(東町店) 東町3-11-18 ☎0422-39-5778	



東京都・子供の健康相談室

受付時間▷平日=午後6時~翌朝8時
▷休日(土曜・日曜・祝日)=午前8時~翌朝8時
プッシュ回線の固定電話☎#8000
携帯電話☎03-5285-8898



24時間テレホンサービス

▷東京消防庁救急相談センター
プッシュ回線の固定電話☎#7119
携帯電話☎042-521-2323

▷東京都保健医療情報センター
・医療機関案内ひまわり
☎03-5272-0303
聴覚障害者向け専用
FAX03-5285-8080



小児救急(365日24時間)

▷武蔵野赤十字病院
武蔵野市境南町1-26-1
☎0422-32-3111