



保健ガイド

【問合せ・申込み】保健センター ☎ 552-0061

事業名	日時	場所	対象・定員
①健康相談	1月8日(木)午前10時～正午	福生地域体育館	
	1月15日(木)午前9時30分～11時	市役所1階ロビー	
②ヘルスチェック 血管年齢、脳年齢、骨密度、咬む力、体組成、足指力の測定、食事・運動等についての助言	1月13日(火) ①午後1時30分(受付) ②午後2時30分(受付)	保健センター	20歳以上の方・先着35人(平成26年11・12月に受けなかった方)
③めざせ！体内革命プロジェクト 基礎代謝、体内年齢、を測定(生活習慣を見直す前後の体の変化を確認します。)栄養の講義	3日間コース (1回目)1月22日(木) (2回目)3月16日(月) (3回目)5月ごろを予定 ※時間は申込時にお伝えします。		20歳以上で運動習慣のない方・先着5人
④育児相談 身体計測、育児相談、母乳・栄養相談	1月21日(木)午前9時30分～10時30分		4か月児からの乳幼児
⑤離乳食教室 離乳食の作り方、進め方(試食あり)	1月14日(水)午前10時～11時30分		離乳食開始時期の乳児とお母さんなど・先着14組
⑥すくすく歯科健診 (乳幼児歯科健康診査)	1月7日(水)・21日(水)午後1時～2時(受付) ※母子健康手帳・歯ブラシ2本・コップ・タオル持参		3歳11か月になる月までのお子さん(フッ素塗布は3歳3か月になる月まで)

【申込み】①・④は不要。②・③・⑤は12月17日(水)から、⑥は初診・日程変更の方のみ前日までに保健センターへ。
○妊娠届出書の提出及び「母子健康手帳」の交付は保健センターです。
○赤ちゃんが生まれたら、出生届と一緒に出生通知票を総合窓口課へ出しましょう。

1月の予防接種(BCG)

期日	備考
14日(水)	標準的接種期間対象者：5か月～8か月未満(接種は1歳未満まで可能です。)

【受付時間】午後0時50分または午後1時15分(ご案内の通知で指定します。)
【場所】保健センター※接種の際は保護者同伴で、必要事項を記入した予診票と母子健康手帳を持参してください。

年末～1月の休日診療

※保険証をご持参ください。

診療時間	内科・小児科(昼間)	内科・小児科(準夜)	歯科休日診療
午前9時～11時45分 午後1時～4時45分		午後5時～9時45分	午前9時～正午 午後1時～5時
12月29日(月)	ささもと整形外科形成外科クリニック 福生657 ☎539・2300	羽村市平日夜間急患センター 羽村市緑ヶ丘5-1-2 ☎555・9999	梅田歯科医院 福生1046岸ビル102 ☎553・5161
30日(火)	大聖病院 福生871 ☎551・1311	石畑診療所 瑞穂町石畑207 ☎557・0072	片岡歯科医院 本町44 ☎551・0353
31日(水)	山口外科医院 志茂233 ☎553・1177	山口外科医院	ふみ歯科診療所 福生798-2第7森田ビル1F ☎551・7288
1月1日(祝)	大聖病院	大聖病院	東青梅休日歯科診療所 青梅市東青梅1-174-1 (青梅市健康センター内) ☎0428・23・2191
2日(金)	熊川病院 熊川154 ☎553・3001	栗原医院 瑞穂町箱根ヶ崎61 ☎557・0100	東青梅休日歯科診療所
3日(土)	ひかりクリニック 志茂35-1 ☎530・0221	ひかりクリニック	東青梅休日歯科診療所
4日(日)	福生市休日診療所 福生2125-3 ☎552・0099	羽村市平日夜間急患センター	田辺歯科医院 本町90 ☎551・2712
11日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	河野歯科医院 南田園3-2-38 ☎553・2829
12日(祝)	福生市休日診療所	高水医院 瑞穂町箱根ヶ崎282 ☎557・0028	大浦歯科医院 福生867 ☎553・0667
18日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	エビナ歯科 福生1059 ☎551・8241
25日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	浜崎歯科 福生1078-11第2栄和ビル ☎530・2729

1月の乳幼児健康診査

※母子健康手帳をお忘れなく。

健診名	健診日	対象児	受付場所・時間
3か月児	20日(火)	平成26年9月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
6か月児	満月齢後の6・7か月期	平成26年7月生まれ ※受診日時時点で生後6か月0日以降の乳児	個別健診。通知はしません。 3か月児健診の際に交付した受診票を持参し、都内の指定医療機関で受診してください。
9か月児	満月齢後の9・10か月期	平成26年4月生まれ ※受診日時時点で生後9か月0日以降の乳児	
1歳6か月児	27日(火)	平成25年6月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
3歳児	6日(火)	平成23年12月生まれ	

健診・事業のお知らせ

【問合せ】保健センター ☎ 552-0061

★すくすくベビークラス(ねんねのころ)

【日時】1月29日(木)午前10時～11時30分ごろ

【場所】保健センター1階講習室

【対象】2～5か月ぐらゐの赤ちゃんとその保護者

【定員】先着親子20組

【申込み】12月17日(水)から保健センターへ。

①骨密度測定健診(2月)

【期間】2月1日(日)～28日(土)

【場所】市内指定医療機関

【対象】市内在住の40・45・50・55・60・65・70歳の女性(年齢は平成26年4月1日現在)

※26年度中にすでに受診済みの方は受診できません。

【定員】130人(抽選)

【健診方法】医療機関での個別健診。X線による第二中手骨密度測定。

②子宮がん検診(2月)

2年に一度受診しましょう。

【期間】2月1日(日)～28日(土)

【場所】市内指定医療機関

【対象】市内在住の20歳(年齢は

平成26年4月1日現在)以上の女性で、平成25・26年度に受診していない方

◆次のような方はご注意ください
子宮の手術を受けたことがある方は事前に主治医にご相談ください。全摘出の手術を受けられた方は受診できません。妊娠中の方は受診できない場合があります。

【定員】100人(抽選)

【検診方法】医療機関による個別検診。細胞採取と細胞検査。

③乳がん検診(2月)

2年に一度受診しましょう。

【期間】2月1日(日)～28日(土)

【場所】市内指定医療機関

【対象】市内在住の40歳(年齢は平成26年4月1日現在)以上の女性で、平成25・26年度に受診していない方

◆次のような方は申込前に保健センターへご連絡ください。
ペースメーカーやICDポート等の医療器具を装着している方/豊胸手術を受けた方/授乳中の方/肋骨骨折や肋骨にひびが入っている方/妊娠している方、またはその可能性がある方

【定員】100人(抽選)

※医療機関の受入れ人数を超えた場合、有効期限内であっても受診できない場合がありますので、お早めに受診してください。

【検診方法】医療機関による個別検診。マンモグラフィ(乳房X線撮影)と視触診。

【費用】1,600円

※生活保護受給中の方は、生活保護法適用証明書を指定医療機関に提出していただきますと全額無料で受診できます。

④胃・肺がん検診(2月)

【日時】2月16日(月)午前9時～正午

【場所】保健センター

【対象】市内在住の35歳以上の方(年齢は平成26年4月1日現在)

◆次のような方は受診できません。
1年以内に胃を手術した方/現在、胃または十二指腸を治療中または経過観察中の方/胃の検査を受診後、1年を経過しない方/妊娠中の方

◆次のような方は申込みの際にお申し出ください。
高血圧の治療中の方/糖尿病の治療中の方/その他病気を治療中の方

◆次のような方は申込前に保健センターへご連絡ください。

1年以内に手術(胃に限らず)をした方

※当日の問診結果によっては受診できない場合があります。

【定員】80人(抽選)

【検診方法】検診車による集団検診。バリウム投与・胃間接撮影。

<①～④共通>

【申込み】往復はがきで12月27日(土)(当日消印有効)までにお申し込みください。電話及び直接の申込みはできません。

※検査の結果、精密検査や治療が必要となった場合の費用は自己負担となります。④胃・肺がん検診は、市ホームページの「電子申請・届出」から申し込むこともできます(12月27日(土)午後11時59分まで)。

▼往復はがきの書き方※1枚につき1人1つの健(検)診の申込み

【往信・表】〒197-0011 福生市福生2125番地3 福生市保健センター

【往信・裏】①住所②氏名③生年月日④年齢⑤電話番号⑥〇〇健(検)診希望

【返信・表】ご自分の住所・氏名

【返信・裏】無記入

●医師会だよりは7面に掲載しています。

※各事業の申込みは特に記載のあるものを除き、電話で申し込めます。また費用の記載のないものは無料です。

市役所は一部の部署で毎週土曜日開庁しています。(午前8時30分～午後5時15分※正午～午後1時は除く)毎週水曜日は一部の部署で午後8時まで開庁時間を延長しています。