



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	10月2日(木)・16日(木) 午前9時30分～11時 10月14日(火) 午前10時～正午	市役所1階ロビー 福生地域体育館	
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	10月29日(水) 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8・9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。)	3日間コース 10月20日(月)、11月17日(月)、平成27年2月10日(火)※時間は申込時に通知	保健センター	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	10月3日(金)午後1時30分～2時30分 10月15日(水)午前9時30分～10時30分	子ども応援館 保健センター	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)	10月8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パパマクラス(10・11月コース) お産の話、栄養の話、お風呂の入れ方、マタニティエクササイズ等	10月18日(土)、11月6日(木)・15日(土)・20日(木)・27日(木)午後1時30分～3時30分	保健センター	これからパパ・ママになる方、祖父母等・先着20組
⑦すくすく歯科健診(乳幼児歯科健康診査)	10月1日(水)・15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か月に至る月までのお子さん

【申込み】①・④は不要。②・③・⑤・⑥は9月17日(水)から、⑦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。

10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
5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 羽村市緑ヶ丘 5-1-2 ☎ 555-9999	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
12日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	東青梅休日歯科診療所
13日(祝)	福生市休日診療所	栗原医院 瑞穂町箱根ヶ崎 61 ☎ 557-0100	東青梅休日歯科診療所
19日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	東青梅休日歯科診療所
26日(日)	福生市休日診療所	福生市休日診療所	東青梅休日歯科診療所

10月の乳幼児健康診査

健診名	健診日	対象児	受付場所・時間
3か月児	21日(火)	平成26年6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4月生まれ ※受診日時時点で生後6か月0日以降の乳児	個別健診です。通知はしません。3か月児健診の際、受診票を交付しますので、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1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	28日(火)	平成25年3月生まれ	保健センター 午後1時～1時45分
3歳児	7日(火)	平成23年9月生まれ	
備考	各健診とも母子健康手帳をお忘れなく。6・9か月児健診は受診票も必要です。		

10月の予防接種(BCG)

期日	備考
23日(木)	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。

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)

ねんねのころの赤ちゃんとのふれあい遊びや赤ちゃんのからだのケア、予防接種についてなどのお話をします。実際に赤ちゃんと遊び、ほかのお母さんと交流しながら、楽しい時間を過ごしませんか。

【日時】10月31日(金)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】9月17日(水)から保健センターへ。

①11月度骨密度測定健診

骨密度健診を受けましょう。対象者にご注意ください。

【期間】11月1日(土)～30日(日)

【場所】市内指定医療機関

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

【定員】80人(申込み多数の場合は抽選)

【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。

②11月度乳がん検診

2年に一度、乳がん検診を受けましょう。

【期間】11月1日(土)～30日(日)

【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年度に乳がん検診を受診していない方

【定員】100人(申込み多数の場合は抽選)

※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】マンモグラフィ(乳房X線撮影)と視触診

【費用】1,600円

③11月度子宮頸がん検診
2年に一度、子宮頸がん検診を受けましょう。

【期間】11月1日(土)～30日(日)

【場所】市内指定医療機関

【対象】市内在住の20歳(平成26年4月1日現在)以上の女性で平成25年度に子宮頸がん検診を受診していない方

【定員】200人(申込み多数の場合は抽選)

【検診方法】医療機関による個別検診。細胞採取と細胞検査。

④女性医師による乳がん・子宮頸がん検診

昨年度、ご好評いただいた女性スタッフによる検診です。乳がん・子宮頸がんの検診を一度に受けることもできます。これまで受けたことがない方も気軽にご利用ください。

【日時】11月23日(木)午前9時～正午、午後1時～4時

※受付時間は抽選です。受診者へ個別にご案内します。



【場所】保健センター

【対象】〈乳がん検診〉40歳以上の女性

〈子宮頸がん検診〉20歳以上の女性
※市内在住で年齢は平成26年4月1日現在。25、26年度中に個別に医療機関を受診した場合でも、受診歴のある方は申し込みできません。

【定員】〈乳がん検診〉72人

〈子宮頸がん検診〉72人(いずれも申込み多数の場合は抽選)

【検診方法】検診車による集団検診
〈乳がん検診〉視触診及びマンモグラフィ

〈子宮頸がん検診〉細胞採取、細胞検査

【費用】〈乳がん検診〉1,600円

〈子宮頸がん検診〉無料

※平成26年度の乳がん検診無料クーポン券をお持ちの方は、当日クーポン券を受付に提出していただくで全額無料で受診できます。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。

【②～④の検診に関するご注意】

乳がん検診については②か④、子宮頸がん検診については③か④のいずれかを選んでお申し込みください。

◆乳がん検診を受診される方へ

次のような方は受診できない可能性がありますので、申込みの前に保健センターまでご連絡ください。

- ・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

る方

- ・妊娠中の方、またはその可能性がある方

※生活保護受給中の方は、生活保護法適用証明書を受付に提出していただくで全額無料で受診できます。

◆子宮頸がん検診を受診される方へ

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。妊娠中の方またはその可能性がある方、受診日当日月経中の方は受診できない場合がありますので、申込みの前に保健センターへご連絡ください。

【申込み】①～③ 9月30日(日)(当日消印有効)までに往復はがきで保健センターへ。

④ 市ホームページから電子申請(10月29日(木)23時59分まで)、または往復はがきで保健センターへ。(10月29日(木)当日消印有効)

【往復はがきの書き方】

〈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⑥〇〇検(健)診希望

〈返信・表〉ご自分の住所・氏名

〈返信・裏〉無記入

※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。往復はがきの記載内容に不備があると受診できません。1枚につき1人1つの検(健)診です。

◆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。