

新型インフルエンザワクチンを接種される方へ

◆新型インフルエンザワクチン接種が今年も始まりま

【接種費用の助成】

生活保護世帯・市民税非課税世帯の方には、接種費用の助成をします

【接種方法】接種は1回です

◆高齢者のインフルエンザ予防接種の費用を一部負担

◆高年齢者のインフルエンザ予防接種の費用を一部負担

予防接種は感染予防と重症化を防ぐ有効な手段です

接種期間平成23年3月31日(木)まで

接種期間平成23年3月31日(木)まで

活保護受給中の方は、社会福祉課で生活保護法適用証明書の交付を受け、指定医療機関に提出しますと全額公費負担で接種できます

市民税非課税世帯の方にも、接種費用の助成をします

「領収書」及び「予防接種済証」は大切に保管してください

問合せ保健センター ☎552・0061

健康診査をまだ受診されていない方へ

10月31日(日)まで、特定健診を市内の医療機関で実施しています

児童館で遊ぼう

10月(その1)



田園児童館 ☎552・3133

◆よちよちすくすくひろば「親子でのびのび体操」12日(火)午前10時～正午

武蔵野台児童館 ☎553・8822

◆幼児の楽しい運動会(3館合同事業) 5日(火)午前10時30分～午後0時30分

◆遊具開放デー7日(木)午前10時30分～正午

自由に遊びに来てください

◆のびのびひろば12日(火)午前10時～正午

◆高校生time ①「バスケしようよ」毎週木曜日午後6時～9時

熊川児童館 ☎539・1515

◆こぐまひろば「ボールや布であそぼう」12日(火)午前10時～正午

◆くまさんひろば「くまさんの遠足あそび」19日(火)午前10時30分～11時30分

※児童館の小学生対象の事業は市ホームページに掲載しています

ご参加ください

養育家庭体験発表会

「養育家庭」をご存じですか？

10月19日(火)午後1時

この制度を知ってもらいたいと考えています

日時10月19日(火)午後1時

30分～3時30分

場所子ども応援館1階子育て地域活動室

主催立川児童相談所・子ども家庭支援センター

問合せ立川児童相談所・竹本 ☎523・1321

支援センター ☎539・2555

助産師と話そう

日時10月22日(金)午前10時～正午(申込み不要)

場所子ども応援館1階

対象妊産婦、子育て中の母子(0歳児から可)、祖父母等

内容地域の助産師による無料の相談会です

お申し込みは、お早めにお電話ください

問合せ保健センター ☎552・0061

『助産師からの10分間話』もあります

10月のテーマは「おチンチンの話」です

主催西多摩助産師会

問合せ森田助産院 ☎551・0323

各種手当振り込みのお知らせ

子ども手当・児童育成手当を10月8日ごろに振り込みます

問合せ子育て支援課子育て支援係 ☎551・1737

マル乳・マルチ医療証をお送りしました

10月1日から有効の医療証を9月末に郵送で送りました

なお、現在医療証をお持ちでない方はお早めに申請手続きをお願いします

11月の女性悩みごと相談

～羽村市との共同事業～

11月の相談日時・場所

福生市10日(水)・24日(水)午前9時～午後1時

羽村市17日(水)午後1時30分～4時30分

※福生市・羽村市在住の女性の方でしたら、どちらの市への申し込みも可能です

申込み相談日の1か月前から福生市広報広聴係 ☎551・1568

羽村市市民相談係 ☎555・1111へ

『健康コーナー』みんな元気になろう

「スポーツの秋」

～ウォーキングを始めよう～

秋は、運動に適した季節です

「スポーツ」といっても、体力に自信のない方、運動が苦手という方は、無理をせず、楽しみながらカラダを動かすことが大切です

また、ウォーキングなどの有酸素

運動は、体内の脂肪を燃えやすくし、高血圧や動脈硬化などの生活習慣病の予防に効果があり

まずは、膝や腰の負担にならないよう、姿勢よくゆったりした速度で歩いてみてはいかがでしょうか

【季節を問わず、家に帰ったら、うがい・手洗い忘れずに！】

問合せ保健センター ☎552・0061

