



- 2面 >そこが知りたい!
食育ボランティアの活動
>暮らしのヘルスケア
たばこの危険から子どもを守る
>カラダNAVI
歯科健診でいい歯いきいき!
- 3面 >暮らしのトピック
病院の相談窓口を活用しよう
>健康シグナル
性感染症を理解し偏見のない社会を
- 4面 >減塩でも満足!おかずレシピ
だしと酒粕を使って減塩!
>ピックアップNews!
自殺対策への取り組みについて

特集 まだまだ知らない 糖尿病の 理解と予防

お問い合わせ 健康推進課 成人保健係 ☎042-725-5178

世界や日本国内で、糖尿病患者数は年々増加しています。糖尿病というと「血糖値が高くなる」「食事制限が必要」「インスリン治療が一生続く」などのイメージはあるものの、本当の恐ろしさや予防の重要性を知らない人も多いのでは? 11月14日の「世界糖尿病デー」に合わせ、病気の実像や予防、早期発見の大切さを知りましょう。

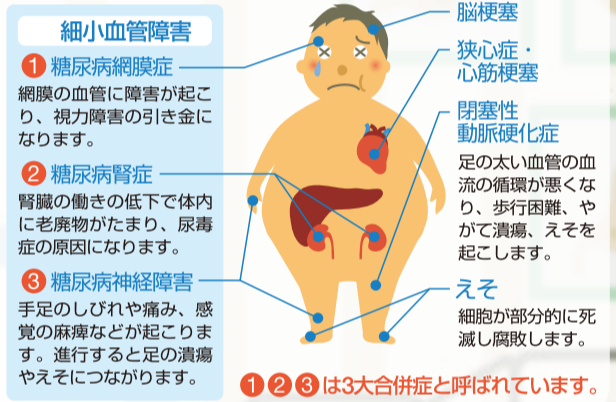
糖尿病はどんな病気?

糖尿病とは「インスリンの作用が不足した結果、ブドウ糖が有効に利用できずに血糖値が普通より高くなっている状態」をさします。原因によりタイプがわかれますが、日本の糖尿病患者の約90%が2型糖尿病とされています。血糖値が高い状態が続くと、多尿・口渇・多飲・体重減少・疲れやすくなるなど自覚症状が現れますが、軽症の糖尿病の場合は自覚症状がみられないことが多く、発見が遅れることがあります。

血糖値が高いままだとどうなるの?

血糖値が高い状態が長く続くと、血管の壁を傷つけるようになり、全身の血管に障害が出てさまざまな合併症が現れます。合併症が進行すると、失明や人工透析の導入、下肢切断などにもつながってしまいます。また、糖尿病でない人と比べて、がん(とくに大腸がん、膵臓がん、肝臓がんなど)や認知症・骨粗しょう症・感染症などが起きやすいことが最近の研究でわかってきています。また、糖尿病を発症すると老化が10年以上早まるともいわれ、健康寿命が短縮する代表的な疾患です。

〈糖尿病から起こる慢性合併症〉



放っておくことと治療の中断が一番キケン!

糖尿病の境界型(空腹時血糖が110~126mg/dlあるいは食後2時間血糖140~200mg/dl)の場合でも、脳血管障害や心臓病を発症するリスクが高くなることわかっています。糖尿病によるさまざまな合併症は、発症早期から治療を開始した場合、きちんと予防することができる一方で、血糖値が高くなって年数が経ったあとで厳格に治療を開始しても、心臓病や脳卒中は予防できないことが近年の研究でわかってきています。ですから、将来にわたる健康のために、自覚症状がなくても早めに受診し、必要な検査、適切な対応を医師と相談してください。

糖尿病を予防・発見するには?

- 1年に一度の健康診断でチェック
初期はほとんど症状がないのが糖尿病の特徴で、だからこそ怖い疾患です。定期的に健康診断を受診し、ご自身の血糖値、HbA1c*の結果を確認してください。また、肥満、高血圧、脂質異常症などが重なると、心筋梗塞や脳血管疾患を発生する危険性が高くなります。血糖値以外の検査数値にも注意するようにしましょう。

*HbA1c 過去1・2か月の血糖状態を示す数値

〈血糖値の区分〉 出典: 日本人間ドック学会ホームページより

	基準範囲内*	要注意	異常
空腹時血糖 (mg/dL)	99以下	100~125	126以上
HbA1c (%)	5.5以下	5.6~6.4	6.5以上

*将来、脳・心血管疾患を発症しうる可能性を考慮した基準範囲

- 生活習慣を見直し、適正体重を維持
意識して身体活動を増やし、一時的な食事制限ではなく、早食い、不規則な食事時間、動物性脂肪の摂りすぎに注意するなど、食生活の見直しをしてみましょう。野菜、主菜、ご飯(パン)の順に食べることも効果的です。

認知症と糖尿病に深い関係が...

近年の研究で糖尿病は動脈硬化による脳血管型認知症だけでなく、アルツハイマー型認知症を起こしやすいこともわかってきています。アルツハイマー型認知症は脳内にアミロイドβなどが蓄積して、神経細胞を破壊する病気です。インスリンが不足することでアミロイドβが体内に蓄積されやすくなり、またアミロイドβがインスリンの動きを低下させるともいわれています。

糖尿病専門医、吉村中行先生からのメッセージ

今回の特集で指導していただいた吉村先生のお話です。「最近の研究で糖尿病は、がんや認知症、骨粗しょう症などさまざまな病気の頻度を高めることがわかってきました。血糖値が高い状態をそのままにしておくと、そのツケはあとで重くのしかかってきます。定期的な健康診断やかかりつけの先生への相談で予防や早期治療をすることが大切です」。



仁愛医院
院長 吉村 中行
医学博士
日本糖尿病学会認定糖尿病専門医
日本動脈硬化学会認定
動脈硬化専門医
日本内科学会内科認定医

そこが
知りたい!

お問い合わせ

保健予防課 保健栄養係
☎042-722-7996

食事の大切さや楽しさを伝える 食育ボランティアの活動

町田市には、町田市食育推進計画にもとづいて、食を通じた地域交流を推進するための食育ボランティアが登録されています。調理実習や食中毒予防など全5回の養成講座を受講したのち、食育推進に関する事業や関係団体からの依頼を受けて活動しています。

今回、食育ボランティアの活動を取材しました。食育ボランティアを志したきっかけは「食にかかわる仕事をしているので、それをいかせたら」「料理の勉強をされていて、食への関心が高まったから」「家族の食事に関心があったから」とさまざまですが、市民のみなさんに家族や友人といっしょに食卓を囲んで食事をする事の大切さを伝えたい、食べる楽しさを共有したい、という思いは共通しています。

8月には健康福祉会館で「防災食をおいしく食べよう! ~アルファ化米と乾パンを使って~」を開催。アルファ化米や乾パンを、ト

マトジュースやツナ缶といっしょに調理することで、非常時にもおいしく食べられるメニューに仕上げる講習会でした。最初に食育ボランティアが調理手順を説明し、そのあと参加者も調理して和やかに試食しました。あとかたづけまで協力しあい、楽しく交流する光景が見られました。缶詰の容器を使ってお米や水を計量すると洗い物を減らせるなど、非常時にも役立つ説明もあり、「家でも試したい」「自治会でも紹介したい」などの感想が寄せられ、最後まで盛り上がりを見せた講習会となりました。

ほかにも、食育の日のイベントや市内の農家の方に教えていただいた「まちだすいとん」を広めていくという活動をしています。食育というと子どもたちに向けたものと考えがちですが、食の意識を高めることはすべての年代に必要なこと。今後も食育ボランティアの活動で「おいしい・楽しい」が広がっていくはずですよ。



▲食育ボランティアの左から吉川、相馬、峯岸、中川、小林、須藤の各氏



▲講習会の光景

暮らしの
ヘルスケア

お問い合わせ

保健予防課 町田地域保健係、南地域保健係 ☎042-725-5127
保健予防課 堺・忠生地域保健係 ☎042-722-7636
保健予防課 鶴川地域保健係 ☎042-736-1600

受動喫煙による健康被害や、 たばこの危険から子どもを守ろう

たばこの煙には約4,000種類の化学物質が存在し、この中にはダイオキシンなど約200種類の有害物質や約60種類の発がん性物質が含まれています。

こうした危険なたばこの煙から妊婦や赤ちゃんを守るには、家庭では家族や友人、社会では飲食店や職場、公共の場での禁煙が必要です。

受動喫煙の危険と認知度

たばこの煙を自分の意思とは関係なく吸いこんでしまうことを受動喫煙といいます。

妊婦の受動喫煙は胎盤を通して胎児にも影響します。子宮内での発育を遅らせる可能性や、流産や早産の危険が高まります。

また、授乳中の母親の受動喫煙は、母乳を通して赤ちゃんの健康に影響します。

これらのことは、20代の男女は8割、30代の女性は9割が知っていますが、男女ともに年代が上がるにつれ知らない人が増え、男性の50代以上では半数以上が知りません（町田市民意識調査2016年）。

子ども自身の受動喫煙では、喘息や気管支炎、中耳炎になりやすく、また、喘息発作も起こしやすくなります。かぜもひきやすくなります。ほかに、

SIDS（乳幼児突然死症候群）の要因のひとつともいわれています。これらを知っている市民も、6割に達しませんでした（同調査より）。

多くの人に知ってもらい、妊婦や乳幼児にうっかり受動喫煙をさせてしまうことがないように、社会全体で気をつけましょう。

家庭内に放置した たばこでこんな事故が 起きています

たばこは赤ちゃんの誤飲物質の第1位です。たった1本飲みこんだだけでも命の危険があり、吸い殻入れの水も同様に健康に重大な被害を与えます。また、歩きたばこや育児中のくわえたばこは、赤ちゃんをやけどの危険にさらします。赤ちゃんをたばこから守るには、少なくとも赤ちゃんのいる部屋では喫煙しない、吸い殻を赤ちゃんの手の届くところに置かないなどのルールづくりを厳重に行いましょう。家族全員で、自宅の状況を確認しましょう。



いくつになってもしっかりと元気で 年に一度の歯科健診でいい歯いきいき!

むし歯などで歯が痛んだりしない限り、普段はあまりお口の中の健康を意識しないという方も、人生90年時代を健康に過ごすためには意識改革が必要です。お口の中の健康度が、全身の健康維持に大きくかわり、健康寿命をきめるといっても過言ではありません。

そこで今年の4月から開始しました「高齢者歯科口腔機能健診」をご利用ください。

食べこぼし、食事中にむせてしまう、食べ物がきちんとかめないなどはありませんか。これらはオーラルフレイル（口腔機能の衰え）の注意信号です。

- 咀嚼機能の低下が進むと……
食べ物をしっかりと噛まずに飲みこんでしまうので消化しづらく栄養不良、体力低下につながります。
- 嚥下機能の低下が進むと……

食べたり飲んだりしにくくなるだけでなく、つばも誤嚥してしまい、むせたり、誤嚥性肺炎を起こして発熱したりする可能性が高まります。

オーラルフレイルが進まないように、早期に発見して、歯科医院で予防指導を受けましょう。日常生活では、ひと口30回かむことを心がけ、お口の周りの筋肉をよく動かすことで誤嚥による窒息を防ぎ、脳の活性化につなげ、口腔機能の低下を防ぐことができます。また、誤嚥は誰でも加齢とともに起こしやすくなるもの。日頃の口腔ケアで、口腔内細菌を減らし、誤嚥しても肺炎になりにくい状態にしておきましょう。

11月8日は「いい歯の日」。これを機会に町田市の「高齢者歯科口腔機能健診」をご利用くださ

い。71歳以上の方が受診できます。協力歯科医院は町田市ホームページ、町田市庁舎、中町庁舎、健康福祉会館、各市民センターやふれあい館に案内があります。お近くの協力歯科医院を確認のうえ、直接歯科医院にご予約ください。

また、18~70歳の方は「歯科口腔健康診査」をご利用ください。「高齢者歯科口腔機能健診」「歯科口腔健康診査」についての質問は、保健予防課までご連絡ください。



お問い合わせ

保健予防課 事業第一係
☎042-725-5437

高齢者歯科口腔機能健診

年齢とともに症状が出る摂食・嚥下機能低下を早期発見、予防しましょう。

対象

町田市に住民票のある方で、健診日時時点で71歳以上の方

内容

問診、むし歯、歯周疾患等の診査、歯列・かみ合わせ、歯の清掃等の状況検査、嚥下機能評価・咀嚼能力評価と、症状に合わせた歯科保健指導（健口体操など）

受診方法

直接、協力歯科医院に事前予約

受診期間

4月1日から3月31日
(年度内1回のみ受診可)

費用負担

500円(ただし生活保護受給世帯・市民税非課税世帯の方、中国残留邦人等の支援給付受給証明書を持参の方は無料)

暮らしのトピック

病院の相談窓口を活用し、医療機関と かしく納得できる関係づくりを

お問い合わせ

保健総務課 保健医療係
☎042-722-6728

町田市では、患者や家族のみならず、患者や家族のみなさまと医療機関との信頼関係を築くことを目的として「医療安全相談窓口」を設置しています。その窓口には、医療に関するさまざまな相談が寄せられていますが、市内病院に関する相談も多く、当該病院や担当者に直接相談した方が解決しやすいと思われる内容も多いのが実情です。

病院とは、20人以上の患者が入院可能な医療施設をさし、病院機能のひとつとして、患者や家族の相談を受ける窓口が設けられています。今回は「病院の相談窓口」についてご紹介します。

1. 病院の相談窓口ではどのような相談ができますか？

入院・退院や医療費に関するこ

と、福祉の各制度に関することなどが相談できます。

2. どんな人が相談できますか？

おもに病院を利用している患者・家族の方、今後利用する予定の患者・家族の方が相談できます。

3. どんな方法で相談できますか？

多くの病院が電話、面接などで対応しています。予約のうえで相談という場合もあるので、まずは窓口にお問い合わせしてみましょう。

4. 誰が相談対応していますか？

病院によってさまざまですが、社会福祉士、精神保健福祉士など専門職が対応している病院もあります。

5. 相談窓口は病院内のどの場所にありますか？

多くの病院が、病院の出入口付近に開設しています。相談窓口の名

称は、「患者相談窓口」「医療連携室」「患者サポートセンター」など、病院によってさまざまです。

下記のようなご相談は町田市の医療安全支援センターが開設している「医療安全相談窓口」へ

- 受診したいので、近くの医療機関を知りたい
- 医療従事者の説明がわからない。対応が気になる。
- 主治医に聞きたいことがあるがどう切り出しているか、わからない

などの内容でお悩みの方はご利用ください。

ご相談は、市民の方や、市民でない方であっても、市内の医療機

関で受診された方やその家族の方が対象です。

また、相談内容によっては、適切な担当部署・機関をご案内することがあります。医療機関とのトラブルに関しては、相談者に代わっての調整・交渉・仲介・調停は行っていません。医療費に関する疑問は当該医療機関に直接お問い合わせください。

「医療安全相談窓口」や各病院の相談窓口の利用をはじめ、医療機関に相談や質問がある場合は、患者側でも質問内容をよく整理してのぞみましょう。医療機関とのやりとりをスムーズに運び、お互いの理解を深めるためにも下記の「新・医者にかかる10箇条」を心がけておきましょう。

新・医者にかかる10箇条

- ① 伝えたいことはメモして準備
- ② 対話の始まりはあいさつから
- ③ よりよい関係づくりはあなたにも責任が
- ④ 自覚症状と病歴はあなたの伝える大切な情報
- ⑤ これからの見通しを聞きましょう
- ⑥ その後の変化も伝える努力を
- ⑦ 大事なことはメモをとって確認
- ⑧ 納得できないときは何度でも質問を
- ⑨ 医療にも不確実なことや限界がある
- ⑩ 治療方法を決めるのはあなたです

出典：NPO法人ささえあい医療人権センター-COML

病院の相談窓口のある医療機関の探し方

町田市ホームページに市内の病院の相談窓口一覧を掲載しています。ご活用ください。
トップページ>医療・福祉>医療・健康づくり>市内病院患者相談窓口一覧

町田市医療安全相談窓口のご案内

相談専用電話 ☎042-724-5075
9:00～12:00、13:00～16:00
月曜日・火曜日・木曜日・金曜日
(水曜・土曜・日曜・祝日年末年始はお休み)

※お休みの日、時間外は、専用電話はつながりません。相談時間は原則30分以内とさせていただきます。面談での相談は、電話相談後の予約制です。

健康シグナル

性感染症を正しく理解し 無料検査で早期治療を

お問い合わせ

保健予防課 町田地域保健係、南地域保健係 ☎042-725-5127
保健予防課 堺・忠生地域保健係 ☎042-722-7636
保健予防課 鶴川地域保健係 ☎042-736-1600

「性行為によって感染する病気」を総称して性感染症（STI）といいます。症状が軽い場合や出ないこともあり、知らない間に進行していたりします。無自覚なまま、ほかの人に感染させてしまうこともあります。性感染症をよく知り適切に予防・治療し、感染者への理解につとめましょう。

梅毒

近年、梅毒患者数は男女ともに増加していますが、とくに男性と20代の女性の急増が目立ちます。

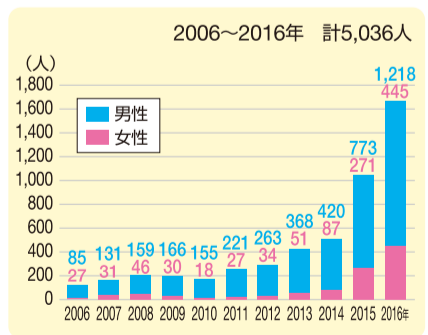
数年かけて進行します

梅毒は早期に発見して薬を飲めば完治する病気ですが、検査が遅れ、治療をせずに放置すると、数年かけて進行し、心臓、血管、脳に障害を起こし、死亡することもあります。無症状の期間もあるため油断をせず、また、完治後の再感染の予防も大切です。

妊婦の感染では、胎児に奇形や死産、早産が起こることがあります。

町田市が毎月定期的に行っている検査では、HIV検査と同時に性感染症検査を受けられます。感染の可能性のある人や、妊娠を希望する人は、自分のため、大切な人のためにも検査を受けましょう。

〈東京都における梅毒男女別患者報告推移〉



HIV

12月1日は世界エイズデーです。根強い誤解や偏見をなくし、すべての人が生きやすい社会をつくるために、みながHIVやAIDSを正しく理解しましょう。

HIVの感染とAIDS発症のちがい

HIVは「ヒト免疫不全ウイルス」の英語の頭文字を取ったもので、ウイルスそのものを意味します。AIDSは「後天性免疫不全症候群」の頭文字で、HIVに感染したあとに免疫力が低下し、感染症などの症状が出た状態を意味します。

HIVの感染経路には性行為や母子感染、血液感染があります。性行為による感染の予防にはコンドームを正しく使うことが有効です。

現在は服薬治療によりAIDSの発症を抑えられるので、早期発見・治療が重要です。治療しながら社会生活をする人も多く、周囲が病気を正しく理解し共生する意識が大切です。保健所では匿名での電話相談なども行っています。「感染しているのではないか」といった不安や心配なことがあればぜひご相談ください。

レッドリボン UNAIDS(国連合同エイズ計画)のシンボルマーク。エイズへの偏見を持たず、エイズと共に生きる人々を差別しないというメッセージを表します。

2017年度

HIV検査のご案内 ～早期発見・早期治療のために～

予約不要・匿名・無料

詳しくは町田市ホームページをご覧ください。

毎月の検査

実施日 11/9(木)、12/14(木)、1/18(木)、2/15(木)、3/15(木)
時間 13:30～14:30
場所 町田市保健所 中町庁舎1階
検査内容 HIV抗体検査(血液検査)・性感染症検査(尿検査)
※感染の機会から60日以上経過してから検査をお受けください(60日以上経過しないと正確な結果が得られません)。
 ※検査希望者は梅毒、性器クラミジア感染症、淋菌感染症などの性感染症検査も同時に可能です。
検査結果 原則検査日の1週間後。結果により、それ以降になる場合もあります。

即日検査

実施日 12/10(日) **時間** 13:30～15:30
場所 健康福祉会館2階
検査内容 HIV抗体検査(血液検査)
※感染の機会から90日以上経過してから検査をお受けください(90日以上経過しないと正確な結果が得られません)。
検査結果 約1時間後。陰性の場合結果を確認し、終了。判定保留の場合は確認検査が必要になり、その結果は原則検査日の1週間後にお伝えします。



旨みとコクたっぷり だしと酒粕で減塩!

お問い合わせ 保健予防課 保健栄養係 ☎042-722-7996

晩秋の日差しは柔らかいものの、日増しに肌寒くなっていくこの季節。減塩でありながら、体を温めてくれるおかずのレシピをご紹介します。肉や魚、卵、大豆製品などを使った献立のメインとなる主菜は、ついつい味付けが濃く、食塩の使用量が多くなりがちです。しかし、食塩の量が気になる主菜も工夫次第でおいしく減塩ができます。今回の「鶏肉の酒粕クリーム煮」は、だしと酒粕を使い、旨みとコクを効かせることが

減塩の工夫のポイントです。レシピを考案した『南つくし野保育園』の栄養士、中山さんのお話では「酒粕はアミノ酸やブドウ糖を豊富に含む発酵食品で、素材の旨みを引き出す作用があります。酒粕にみそを合わせコクをいかけたクリーム煮は、和と洋の調和がとれた優しい味の一品です。お子さんやお酒が苦手な方でも食べやすい味に仕上げました」とのことです。一層寒くなるこの季節に、ぜひお試しください。

鶏肉の酒粕クリーム煮

栄養成分量(1人分) エネルギー量: 260kcal 食塩相当量: 1.1g



材料 (2人分)

- ・大根100g
- ・にんじん40g
- ・まいたけ20g
- ・鶏もも肉200g
- ・だし汁(かつお・昆布)300ml
- ・酒粕14g
- ・淡色みそ大さじ1弱(14g)
- ・グリーンピース6g
- [ベジマールソース]
- ・無塩バター 小さじ2(8g)
- ・小麦粉 大さじ1弱(8g)
- ・牛乳80ml

作り方

- 1 大根は厚めの半月切りにして面取りする。にんじんは大きめの乱切り、まいたけは小房に分ける。鶏もも肉はひと口大に切る。
- 2 だし汁に大根を入れて中火にかけ、沸騰したらにんじんと鶏もも肉を加える。
- 3 ひと煮立ちしたらまいたけを加え、弱火で20分煮る。
- 4 酒粕と淡色みそを合わせ、煮汁の一部でのばす。
- 5 別の鍋に無塩バターを溶かし小麦粉を加え、ごく弱火で炒める。さらに牛乳を加えてとろみが出るまでよく混ぜてベジマールソースを作る。
- 6 3の鍋に4と5を順に加え、弱火で10分煮て火を止め、約30分置いて味を含ませる。
- 7 再度加熱し、別茹でにしておいたグリーンピースを散らす。

レシピ提供: 社会福祉法人龍美 南つくし野保育園

ピックアップ News!

「自殺対策計画」策定に向けた 市民意識調査にご協力お願いいたします

お問い合わせ
健康推進課 健康推進係
☎042-724-4236

「自殺対策計画」策定に向けた市民意識調査

町田市では「自殺対策計画」策定(2018年度予定)に向けて、「心の健康に関する市民意識調査」を実施しています。

この調査では、無作為に抽出した市民の方3,000名に対して、10月末に封書で調査票を郵送いたしました。

封書が手元に届いている方は、同封の調査票にご記入のうえ、11月30日までに返信いただきますよう、ご協力をよろしく願います。

町田市の自殺対策に関する取り組み

国の自殺による死亡者数は、1998年から14年連続で3万人を超える事態が続いていましたが、

2010年を境に減少傾向になっていきます。しかしながら依然として毎年2万人を超える方が亡くなっている状況です。

自殺は個人的な問題と思われがちですが、その背景には、失業・多重債務などの経済・生活問題や、健康問題、家庭問題などさまざまな要因が重なりあっています。また、自殺はその多くが、追い込まれた末の死でもあることから、社会全体で自殺予防に取り組んでいくことがきわめて重要です。

町田市では、警察や教育関係の各機関、医療機関などと連携しながら、悩みを抱える方から相談された際や、周囲の人々に対する気づき・声かけ・傾聴などを通じて、適切な相談・支援機関につなぐことが期待されるゲートキーパー養成などの自殺予防対策に取り組んでいます。



左はFC町田ゼルビア、右はASVベスカドーラ町田との協働で制作したポスター。「生きることの促進要因」を増やし、「生きることの包括的支援」を通じて、社会全体の自殺リスクを低下させることを幅広く周知するため、スポーツホームタウンチーム、FC町田ゼルビア(サッカー・日本プロサッカーリーグ所属)およびASVベスカドーラ町田(フットサル・日本フットサルリーグ所属)と協働して、ポスター掲出などの広報普及啓発を行いました。写真は、チームスポーツらしく、「支えあう」「相手を大切に思う」ことがイメージできるものを各チームから選んでいただきました。

町田市保健所のご案内

	課名・係名	主な業務
A 市庁舎 7階	保健総務課	総務係 ☎042-724-4241 健康危機管理に関する企画及び調整、地域保健に係る統計及び調査
		保健医療係 ☎042-722-6728 診療所、薬局等の開設許可・監視指導、災害医療・救急医療
	健康推進課	健康推進係 ☎042-724-4236 自殺防止等の普及啓発、健康に関する情報発信
		成人保健係 ☎042-725-5178 成人健診・がん検診等、保健指導
保健予防課	保健予防係 ☎042-724-4239 予防接種、医療費助成(結核、感染症)	
	母子保健係 ☎042-725-5422 母子手帳の交付、妊婦健康診査、乳幼児の健康診査	
B 健康福祉 会館	保健予防課	事業第一係 ☎042-725-5437 歯科健診・歯科健康教育(町田地区、南地区)
		町田地域保健係 ☎042-725-5127 母子保健・成人保健・精神保健・難病保健に係る保健指導、健康づくり推進員地区活動、感染症予防と普及啓発・発生時対応
		南地域保健係 ☎042-725-5127
C 保健所 中町庁舎	保健予防課	事業第二係 ☎042-722-0626 歯科健診・歯科健康教育(鶴川地区、堺・忠生地区)
		保健栄養係 ☎042-722-7996 栄養相談、栄養・食生活に関する講習会、栄養表示相談、食育推進、特定給食施設指導、国民健康・栄養調査
	生活衛生課	堺・忠生地域保健係 ☎042-722-7636 母子保健・成人保健・精神保健・難病保健に係る保健指導、健康づくり推進員地区活動、感染症予防と普及啓発・発生時対応
		愛護動物係 ☎042-722-6727 犬の登録、狂犬病予防注射済票の交付、適正飼育に関する普及啓発、飼い主のいない猫の不妊・去勢手術の費用補助、犬の捕獲・収容、迷い犬・迷い猫の連絡受付
D 鶴川保健 センター	保健予防課	環境衛生係 ☎042-722-7354 理容所・美容所・クリーニング所・公衆浴場・旅館・興行場等の営業許可・監視指導、住まいの衛生に関する相談・アドバイス
		食品衛生係 ☎042-722-7254 飲食店等の営業許可・監視指導、食中毒の防止・調査
	鶴川地域保健係 ☎042-736-1600 母子保健・成人保健・精神保健・難病保健に係る保健指導、健康づくり推進員地区活動、感染症予防と普及啓発・発生時対応	

町田市保健所の所在地

- A 市庁舎7階**
〒194-8520
東京都町田市森野 2-2-22
- B 健康福祉会館**
〒194-0013
東京都町田市原町田 5-8-21
- C 保健所中町庁舎**
〒194-0021
東京都町田市中町 2-13-3
- D 鶴川保健センター**
〒195-0062
東京都町田市大蔵町 1981-4

鶴川保健センターが2017年4月から鶴川市民センターに併設されています。鶴川地域の健康に関する各種ご相談をお受けしています。

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。 **リサイクル適性** (A)

この広報紙は、企画から印刷まで外部へ委託しており、130,000部作成し、1部あたりの単価は18円です(職員人件費を含みます)。