

健康案内

予防接種

健康課 ☎ 725・5178

ボリオ

急性灰白髄炎(ボリオ)の予防接種を左表の日程で行います。対象は接種日現在、生後3か月以上7歳6か月未満のお子さん。7歳6か月になる日の前日まで6週間以上の間隔で2回受けて下さい。

健康づくり

市民健康づくり

「当日お持ちになるもの」
①既往症健康調査票(平成13年8月1日以後に発行されたもの。町田市医師会加入の指定医療機関で作成して下さい。無料です。なお、重い病気等やむを得ない理由で指定医療機関以外にかかっている場合は、事前に健康課へご連絡下さい) ②予診票(お持ちでない方には会場でお渡しします) ③母子健康手帳④筆記用具

「肥満は二わい病気の始まり」なぜ肥満がいけないのか」
健康課 ☎ 725・5178
町田市医師会主催の市民健康づくり講演会を行います。
日時 9月29日(土) 午後1時30分～3時
会場 健康福祉会館

健康づくり講習会日程

日	時	内容
1日目	10月10日(水) 午後1:00-4:20	生活・食生活状況調査 ・医師の講話・栄養士の話
2日目	10月17日(水) 午前9:30-12:20 午後1:20-4:20	調理実習(当日徴収) ・参加費500円 ・進捗レポート目録について
3日目	10月24日(水) 午後1:00-4:20	個別相談 ・理想の私
4日目	11月28日(水) 午後1:30-4:20	グループワーク 1か月を振り返って、何食べる?
5日目	12月19日(水) 午後1:30-4:20	運動の話と実践(サン町田体育館) ・グループワーク

こころ教室

健康課 ☎ 725・5178
骨粗しょう症を予防するために一緒に勉強しませんか?
日時 9月26日(水)
時間 午前10時～午後4時
会場 健康福祉会館4階
内容 講話、骨粗しょう症の病態と予防、整形外科医、運動の実技、運動指導士、予防食について、栄養士、グループワーク、保健婦
定員 45人(申し込み順)
申し込み 9月21日までに電話で健康課へ。

健康づくり講習会

健康課 ☎ 725・5178
肥満は糖尿病等の生活習慣病を引き起こす危険因子です。体格指数BMI(体重kg÷身長m÷身長m)が24.2以上の方を対象に右表の日程で開催します。
対象 血液検査結果がわかる健康

市民病院 公開講座

市民病院の専門医師が、日々気になる病気について最新の情報をもちにわかりやすくお話しします。
日時 10月6日(土) 午前9時30分～11時30分
会場 町田市市民フォーラム3階ホール
内容 講師「前立腺肥大症について」町田市市民病院泌尿科部長・近藤直弥医師、「最近のC型肝炎について」町田市市民病院内科部長・金崎章医師
定員 180人(申し込み順)
申し込み 電話で市民病院地域医療連携室 ☎ 722・2230 内線572へ。
託児(1歳6か月)就学前希望の方は申し込み時にお申し出下さい。
駐車場はありません。

保健所

〒194 0021
中野2 133
☎ 722・0621

犬のしつけ教室

日時 9月20日(木) 午後1時30分～3時30分
会場 町田保健所講堂
内容 犬のしつけの基本、デモンストレーションほか

つなげよう!ひろげよう! 健康の輪 健康まちだ21

健康づくりフェア 10月13日(土)

「みんなであそぶ(健康のまち)まただ」
いつまでも元気に過ごすためには、日々から健康に留意した生活習慣が大切です。
市では、今後、地域の特色にあった「健康づくり運動」を市民の皆さんと一緒に展開していきます。

【健康ウォーキング大会】
コース ①10kmコース(野津田公園・陸上競技場・総合体育館) ②5kmコース(サン町田旭体育館芝生広場・総合体育館)
①は午前8時30分、②は午前9時30分に現地集合し、いずれも正午ごろに総合体育館に到着の予定です。
費用 30円(当日徴収)
定員 各50人
申し込み 往復バカキに希望コース・住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、9月21日まで(消印有効)に高齢者福祉課(〒194 5200 中野1-20-23 ☎ 722・4214)へ。
雨天の場合は中止します。
医師による運動制限等の指示がある方は参加できません。
【あなたも健康チェックしませんか?】
下表を参照し、「親子講座」以外に直接会場へおいで下さい。
受付時間 午前9時30分～11時30分 午後1時～2時
内容としては当日人数制限や時間指定があります。
館内のレストランでは高脂血症予防等のメニューも用意しています。
問健康課 ☎ 725・5178

あなたも健康チェックしませんか

内容	会場	備考
【体力測定】 ぜひ、この機会に自分の体力を知ろう!! 対象 20～79歳	「総合体育館」メインアリーナ	・医師より運動制限の指示がある方は受けられません。 ・当日、ます ・運動できる服装・上履き ・問い合わせ スポーツ課 ☎ 724・3440
【保育】 体力測定等に参加される方に対し、市立保育園の保育士が保育と遊びの紹介。	メインアリーナ	子育てに関する相談もお気軽に声をかけてください。
【骨密度測定】 【体脂肪測定】	メインアリーナ	骨密度測定 素足(片足)
【味覚チェック】 塩分・甘みのチェック	会議室(1)	午前のみ
【各種相談】 「薬の相談」 「スポーツ相談」 「健康相談」	会議室(2)	薬剤師、スポーツ課職員、保健婦、栄養士、歯科衛生士、理学療法士が相談を受けます。
【親子講座】 お母さん「講演会 お父さん「講演会 お母さん「講演会 お父さん「講演会 講師 精神科医 一氏 中野目子 氏 お父さん「講演会 お母さん「講演会 対象 6か月～4歳未満の子を持つ親子	講演会(1) 親子体操 第2武道場	時間 午後1時～2時30分 費用 親150円、子ども50円 定員 30組(申込多数の場合は抽選) 申し込み 八ヶ崎に、住所・電話・参加親子名・子の生年月日を明記のうえ9月21日まで(消印有効)に健康課「親子講座」担当(〒194 0013 原町田5-8-21)へ。 参加できる方には、10月1日までに案内書を送付します。

お知らせ

【お成額】 児童1人につき、8万1200円
【保育料】 児童1人につき、4万2000円
家庭福祉課の希望者は、児童福祉課まで申請して下さい。
問児童福祉課 ☎ 724・2138

募集

【家庭福祉員資格要件】 ①市内在住の25歳～62歳の方②保育士・看護婦・保健婦、助産婦・教員のいずれかの資格をお持ちで、保育経験のある方③現在、6歳未満の子どもを養育していない方④自宅の一部に6畳×8畳の保育専用室

家庭福祉員

市では、10月から家庭福祉員制

【家庭福祉員資格要件】 ①市内在住の25歳～62歳の方②保育士・看護婦・保健婦、助産婦・教員のいずれかの資格をお持ちで、保育経験のある方③現在、6歳未満の子どもを養育していない方④自宅の一部に6畳×8畳の保育専用室

家庭福祉員

市では、10月から家庭福祉員制

公開講座参加者

【人間科学「病と死の文化」日本人の死生観と現代医療】
文化人類学の立場から、日本人

の病と死の文化を概観しながら「日本人の死生観と現代医療」について考えます。
対象 市内在住、在勤、在学の
日時 9月21日(金) 午後2時～4時
会場 まちだ市民大学・第1教室(町田四小内)
車での来場はご遠慮下さい。
講師 お茶の水女子大学教授・波平恵美子氏
定員 20人(申し込み順)
申し込み 電話でまちだ市民大学(☎ 729・1195)へ。