



げんらん

詳しくは健康課予防係 ☎ 77・0022へ。

乳がん検診

30歳を過ぎるころから乳がんにかかる率が高くなります。自覚症状が無くても年に1回は検診を。

【対象】30歳以上で市内在住および三宅島避難住民の女性。ただし、現在治療中または過去に精密検査で異常を指摘された方はご遠慮ください。

【実施期間】11月1日(土)～29日(土)。ただし、日曜、祝日および医療機関の休診日を除く。

【費用】無料(精密検査は有料)。

【受診方法】下表の医療機関の診察時間内に電話で確認をしてから窓口へ。当日はなるべく軽装で。

小児マヒ(ポリオ)生ワクチン投与

【対象】14年12月1日～15年5月31日に生まれた乳幼児

ポリオ投与日程

日程	会場	地域
11月10日(月)	スポーツセンター	上の原、神宝町、金山町、大門町、新川町、浅間町
11月11日(火)	第五小学校	学園町、ひばりが丘団地、南沢、南町、中央町三～四丁目
11月12日(水)	保健福祉センター	小山、幸町、八幡町、柳窪、中央町五～六丁目
11月13日(木)	市民プラザホール	本町、東本町、中央町一～二丁目、氷川台
11月14日(金)	保健福祉センター	滝山、野火止、前沢、下里、弥生

会場への車の乗り入れはご遠慮ください。

体温は投与前日と当日に測ってください。診察前にもう一度測ります。生ワクチンは6週間以上あけて2回服用します。会場へは必ず保護者同伴で。

【日時】11月8日(土)午後2時～4時
【会場】市役所7階7001会議室
【司会】東久留米医師会副会長 石橋幸滋氏
【講師】大塚小児科アレルギ科クリニック院長の大塚武氏、福山内科クリニック院長の福山中氏

【日時】11月12日(水)が福祉会館、11月27日(木)が東部地域センターで、いずれも午前9時45分～午後1時
【費用】400円程度
【持ち物】エプロン・三角きん・ふきん2枚・台ふき1枚・筆記用具
【定員】24名
申し込みは11月4日(火)

【日時】11月7日(金)午後5時～7時
【会場】市役所7階7001会議室
【講師】東京都多摩老人医療センター部長の赤澤憲治氏
【定員】50名
【費用】無料
申し込みは電話で健康課保健サービス係 ☎ 77・0022へ。

【日時】11月19日(土)午後2時～4時
【会場】多摩小平保健所1階の情報ルームを11月19日にリニューアルオープンします。
小・中学生を含めた幅広い年齢の方に楽しんでいただけますので、ぜひご家族でご利用ください。
【場所】多摩小平保健所1階
【内容】血圧、体脂肪率、肥満度のチェックができる測定コーナー、健康に関するクイズの木等
【記念講演会日程】11月19日(水)午後2時～5時
多摩小平保健所講堂 内容「子どもたちに命の大切さを伝えるために」この冬のインフルエンザ・SARS対策を

【日時】11月22日(土)・23日(祝)・24日(休)、いずれも午前11時半から午後1時半から(計6回実施)
【会場】同館1階ふれあい広場(JR奥多摩駅から西東京バス「奥多摩湖」下車)
【演奏者等】都民交響楽団有志による室内楽演奏、22日・24日が木管五重奏、23日が弦楽四重奏
【入場料】無料
詳しくは同館 ☎ 0428・86・2731へ。

乳がん検診実施医療機関

医療機関名	所在地	電話番号
東久留米団地診療所	上の原1-4-28	71・2628
星野野医	金山町2-6-13	74・8557
武田クリニック	大門町1-1-24	77・5856
有地内科胃腸科・外科	大門町2-6-2	71・0216
石橋クリニック	東本町8-9	77・5566
福山内科クリニック	東本町16-2	70・9177
尾崎医	浅間町2-26-19	21・8138
高月内科クリニック	学園町1-14-32	21・2121
ひばりが丘診療所	学園町2-11-14	21・0973
清水胃腸科内科	本町1-1-11	72・8709
小笠原医	本町1-2-3	71・0056
たかはしクリニック	本町2-3-4	79・1800
古谷消化器科内科	本町3-1-9	76・4100
おざき内科循環器科クリニック	幸町4-2-1	77・0555
鹿島医	南沢4-3-2	61・2967
鈴木クリニック	南沢5-18-50	60・8502
尾町内科クリニック	南町1-6-11	60・0531
前沢医院(要予約・注)	前沢2-10-9	71・0154
もんま医	前沢5-30-16	73・3660
滝山病院	滝山4-1-18	73・3311
長生医	滝山7-3-17	73・1117
松本クリニック	下里2-8-21	79・7171
大波外科胃腸科内科小児科	下里7-6-2	73・7355

注) 前沢医院は11月1日(土)から予約を受け付けます。

いきいき健康家族

No.91 喉頭がん検診の勧め

「喉頭がん」と聞き、何か怖そうな病気といった方が多いと思います。確かに「喉頭がん」は、がん全体の中で約1%程度の罹患(りかん)率ですから知名度は低いのです。しかし喉頭は呼吸路としての働きに加え、音声言語(声を出す)の働きを担っています。このことを考えれば、決しておろそかにはできないと言えるでしょう。

「喉頭がん」は、現在、早期であれば、放射線治療により90%以上治療します。

合併症は、ほとんどありません。しかし、進行がんでは声帯を含めた摘出手術を要するので、音声言語障害等の合併症を伴います。さらに、治療率も低くなるので、受動喫煙の多い方はぜひ検診をお勧めします。

検査方法は、耳鼻咽喉科においての喉頭内視鏡です。喉頭全体を観ることができ、早期発見が可能です。2分程度でできる簡単な検査なので、年に一回検診されるとよいでしょう。

東久留米医師会

保健所情報ルームのリニューアルと記念講演会

多摩小平保健所と多摩東村山保健所は、健康情報センター機能を強化の一環として多摩小平保健所1階の情報ルームを11月19日にリニューアルオープンします。

「リニューアル」は、手作りパン、野菜のカナッペ、もりもりイタリアンサラダ、トマトのカントリースープ、ゆずのカクテルゼリー、その他食材の都合により、多少のメニュー変更もありません。

申し込みは電話で健康課保健サービス係 ☎ 77・0022へ。

11月の図書館休館日

4日(火)、10日(月)、17日(月)、18日(火)、23日(日)

詳しくは中央図書館 ☎ 75・4646へ。

市民がつくる地域福祉情報誌『かがやき』秋季号を発行しました!

ボランティアスタッフによって作られる、地域福祉情報誌『かがやき』の秋季号(第25号)が発売中です。

今号の特集は、「障害者福祉のいま」。市内の障害者施設のうち3カ所をレポート。さらに「東久留米の高齢者向け賃貸住宅」や「東久留米に初登場～大江戸ダンス」その他にも身近な話題が満載です。

お求めは市内特約書店・福祉会館・市民プラザなどでどうぞ(1部280円)。

定期購読は4回分1000円です。詳しくは社会福祉協議会 ☎ 75・0739へ。

第69回新宿「青梅」43歳以下かち歩き大会

【日時・集合場所】11月9日(日)午前8時、新宿西口中央公園水の広場集合(出発は8時半) 雨天決行

【コース・時間】新宿中央公園水の広場～東村山～青梅市総合体育館、青梅コースは午後6時半まで、東村山コースは午後1時半まで到着受け付け

【参加資格】健康に自信があり、内臓諸器官に問題のない方。12歳以下は要保護者同伴

【参加費】新宿・青梅43歳以下の参加者 ☎ 2000円・中学生以下1500円・中学生以下1000円。納入された参加費は返金しません

【申し込み方法】11月5日(水)までに、現金書留で、住所・氏名・電話番号・大会名を書いて、〒102-0008 3、麹町4ノ5、第7麹町ビル56号、社団法人青少年交友協会あて郵送

詳しくは同協会 ☎ 03・3262・7471へ。

秋の奥多摩ミニコンサート

奥多摩水と緑のふれあい館では、秋のミニコンサートを開催します。

【日時】11月22日(土)・23日(祝)・24日(休)、いずれも午前11時半から午後1時半から(計6回実施)

【会場】同館1階ふれあい広場(JR奥多摩駅から西東京バス「奥多摩湖」下車)

【演奏者等】都民交響楽団有志による室内楽演奏、22日・24日が木管五重奏、23日が弦楽四重奏

【入場料】無料
詳しくは同館 ☎ 0428・86・2731へ。