

休日…休日診療 午前9:00～午後5:00
 準夜…休日準夜診療 午後5:00～10:00
 歯科…休日歯科応急診療 午前9:00～午後5:00
 ※医療機関が変更になる場合もあります。確認の上受診してください。

日程	行事・イベント・相談 (相談の時間は受付時間)	けんこう 場所の指定がない場合は保健センター (時間は受付時間)
1日	リサイクルプラザ第一日曜日の粗大ごみ受け入れ日 午前9:00～午後4:30 ☎557-7612 (当日電話申込み)	準夜 羽村市平日夜間急患センター ☎555-9999 歯科 みずほ歯科医院 ☎556-1182
2月	町議会第4回定例会 本会議 ※議会日程については、議会事務局へ ☎557-7693	
3火	町議会第4回定例会 本会議	健康・育児・栄養・歯科相談 午前9:30～11:00
4水	町議会第4回定例会 本会議 ※会議の進行次第では、休会となる場合があります。	妊婦歯科健診<予約制> 午後1:00～1:10
5木		
6金	町議会第4回定例会 総務産業建設委員会	
7土	青少年の主張意見発表会 (22ページ参照)	両親学級5日目 午前9:30～9:50
8日		準夜 福生市保健センター ☎552-0099 歯科 殿ヶ谷歯科医院 ☎556-5667
9月	町議会第4回定例会 厚生文教委員会 福祉よろず相談 午前9:30～11:30 ふれあいセンター 問合せ 社会福祉協議会 ☎557-0165	
10火		健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00 乳児健診 H25年8月生 午後1:00～1:45
11水	町議会第4回定例会 議会運営委員会	
12木		医療機関案内 24時間受け付けます 東京消防庁救急相談センター ☎042(521)2323または#7119 東京都医療機関案内サービス ☎03(5272)0303
13金	町議会第4回定例会 本会議	
14土		
15日	みずほエコパークフリーマーケット「みずほ青空市」(雨天中止) 午前9:00～午後1:00 ☎557-5364 (19ページ参照)	準夜 福生市保健センター ☎552-0099 歯科 青松歯科医院 ☎556-4180
16月	心の相談 午後1:45～4:00 ふれあいセンター ▶予約(3名)は9日(月)～13日(金) 午前9:00～社協へ ☎557-0165	
17火		健康・育児・栄養・歯科相談 午前9:30～11:00
18水		1歳6カ月児健診 H24年5月生 午後1:00～1:40
19木	人権の上・行政・法律相談 午前9:30～11:30 町民会館1階会議室 *予約(6名)は18日(水) 午前8:30～総務課へ ☎557-0501	
20金		BCG接種 H25年6月・7月生 午前10:00～11:30
21土		
22日		準夜 福生市保健センター ☎552-0099 歯科 岩永歯科医院 ☎556-1123
23月	天皇誕生日	休日・準夜 栗原医院 ☎557-0100 歯科 山岸歯科医院 ☎557-7567
24火	身近な法律相談 午前9:30～11:30 ふれあいセンター ▶予約(4名)は16日(月)～20日(金) 午前9:00～社協へ ☎557-0165 成年後見利用相談 午後1:30～3:30 ふれあいセンター ▶予約(4名)は16日(月)～20日(金) 午前9:00～社協へ ☎557-0165	健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00 歯科健診 2歳児(H23年11月生) 2歳6カ月児(H23年5月生) 午後1:00～1:45
25水		巡回健康・育児相談 午後1:30～3:00 元狭山コミュニティセンター
26木	教育委員会定例会 午前10:00～ スカイホール会議室 問合せ 教育課 ☎557-6682	はじめての離乳食講習会<予約制> H25年7月・8月生 午前10:00～10:10
27金		3歳児健診 H22年11月生 午後1:00～1:40
28土		
29日	住民課・税務課の一部窓口 毎週木曜日は午後8時まで 12月は5日・12日・19日・26日です ※5日・12日に限り、福祉課では午後8時まで保育園の入園受付のみを行います。 問合せ ▶住民課 ☎557-7548 ▶税務課 ☎557-7519 ▶福祉課 ☎557-7624	休日 石畑診療所 ☎557-0072 準夜 羽村市平日夜間急患センター ☎555-9999 歯科 青松歯科医院 ☎556-4180
30月		休日・準夜 高水医院 ☎557-0028 歯科 羽村市 福留歯科医院 ☎555-7064
31火		休日 みずほクリニック ☎568-0300 準夜 羽村市平日夜間急患センター ☎555-9999 歯科 羽村市 平三歯科医院 ☎554-0066
1月1日	【イベント】 1日祝…六道山初日の出 (19ページ参照) …新年歩こう会 (23ページ参照)	【けんこう】 1日祝…休日 丸野医院 ☎556-5280 準夜 羽村市平日夜間急患センター ☎555-9999 2日(木)…休日 羽村市 本田歯科医院 ☎554-5902 3日(金)…休日・準夜 高沢病院 ☎556-2311 歯科 羽村市 ますだ歯科医院 ☎551-8686 3日(金)…休日 新井クリニック ☎557-0018 準夜 福生市 ひかりクリニック ☎530-0221 3日(金)…休日 羽村市 皆川歯科クリニック ☎555-8219



みんなのけんこう

保健センター 石畑 1970 TEL557-5072



冬休みに予防接種を受けましょう

予防接種は種類ごとに、接種できる期間が限られています。対象となる予防接種をもう一度ご確認ください。現在、日本脳炎予防接種の対象者が拡大(平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれ)されています(年齢により個別通知はしていません)。予診票を紛失された方、予防接種の受け忘れがないかなどのお問い合わせは、保健センターへ。

骨密度測定 ～知ろう 自分の骨の強さを～

費用無料

日時 平成26年1月17日(金) 午後 (受付時間は、後日はがきで通知します)
 場所 保健センター
 内容 超音波による骨密度測定(かかとで測ります)、運動実習(希望者のみ)
 対象 町内在住 20歳以上
 定員 40名(先着順)
 申込み 12月5日(木)から電話で保健センターへ

骨力アップ教室

募集中

日時 平成26年1月17日(金) 午前9時～11時
 内容 ▶骨粗しょう症の予防に関する講話 ▶運動実習 ▶超音波による骨密度測定・個別相談 ▶骨粗しょう症予防の栄養ミニ講話
 対象 町内在住の20歳から64歳までの女性(実施日現在) ※昨年度の受講者は除きます。
 定員 20名(先着順)
 申込み 電話で保健センターへ
 ※託児を行いますので予約の際にご相談ください。

高齢者肺炎球菌ワクチン 接種費用を一部助成

肺炎球菌ワクチンを接種することで肺炎などの感染症を予防し、重症化を防ぎます。効果や副反応など接種医とご相談の上、接種してください。

助成対象者(次の条件をすべて満たす方)

- ▶接種日現在 65歳以上の方
- ▶国内の医療機関で接種している方
- ▶接種日現在、瑞穂町に住民登録のある方

助成額 一人 3,000円

詳しくは「広報みずほ」11月号をご覧くださいか、または保健センターへお問い合わせください。

～瑞穂町特定健康診査を受診された方～ 特定保健指導を受けましょう

高血圧、糖尿病など、生活習慣病の危険を放置すると、人工透析治療や心臓の手術などが必要となったり、脳梗塞等による要介護状態になったりする可能性が高くなります。

その結果、日常生活が不自由になるだけでなく、医療費の増大により町の国民健康保険の財政も圧迫されます。

町の特定健康診査の結果、生活習慣病になってしまう危険性が高い方等に、「特定保健指導」のご案内を送付しています。この講座は保健師、管理栄養士などの専門職が、皆さまの生活改善のサポートをさせていただきます。

誰もが健康を維持・増進できる生活習慣を身に付けるためにも、ご案内がお手元に届いた方は、ぜひご利用ください。

～戻っていきませんか？～
心のサイン～

保健師がらの
ちよつと耳寄りな話

近頃では心の病にかかる人が増え、身近で見聞きすることも多くなりました。しかし、いざ自分のこととなると意外に気づいていないこともあるものです。

○今まで楽しんでいたことが楽しめない。
○これまで楽にできていたことが面倒に感じられる。

○自分が役に立つ人間だと思えない。
○わけもなく疲れて元気が出ない。
○なかなか寝付けない、夜中に目が覚めて眠れない。

このような状況が続く時は、自分自身で何とかしようとするよりも、早めに受診した方が後々長引かないことが多いです。

○口数が減って元気がない。
○孤立している。
○「消えてしまいたい」といふ口にする。
○大量のお酒を飲む。
○自身の健康をかえりみない。

身近な方にこのような兆候があったら、まずはゆっくり話を聞きましょう。助言や結論を急がずに相手の話を最後まで聞く姿勢が大切です。その後で問題を一緒に整理したり、相談窓口につないだりしてあげてください。

紹介します！

MY INTRODUCTION No.128

あなたの大切なもの、手作りの作品、お気に入りの写真や町の景色などを紹介します。

申込み 秘書広報課 ☎557-7497



シジュウカラ

● 町からの紹介 ●



大島町にモーガンヒルのキルトを贈りました

台風 26 号によって被災した大島町への支援で瑞穂町職員 2 名を派遣し、併せて支援物資としてキルトブランケットを大島町に届けました。

このキルトは、モーガンヒル市のキルトグループ・サウスバリーキルト協会から、日本の被災地の子ども達へと贈られたものです。

大島町の子どもたちが、可愛らしい柄の暖かなキルトにくるまって、楽しい夢を見てくれることを願います。

問合せ 企画課 ☎ 557-7469

● 吉岡 信行さんからの紹介 ●



箱根ヶ崎駅西口

駅西口の区画整理事業が進んでいますが、この写真は、平成 14 年（2002 年）ごろ、現在の駅のあたりから西方向を撮影したものです。この場所は、昨年西口広場が完成し、今年の 10 月には駅前から新青梅街道・羽村街道へと新たな道路がつながり、街並みも一新しました。

今では懐かしく思い出しますが、新しい町の玄関も完成し、より多くの方が町に訪れることが期待されます。

本田会長を偲ぶ

株式会社ジョイフル本田の^{ほんだしょうや}本田昌也会長が、9月20日に亡くなりました。株主総会途中で倒れ、失礼ながら、いかにも生涯現役を念願としていた会長らしい旅立ちと私は思いました。83歳でした。

会長には瑞穂店オープンを記念し、高額な青少年育英資金のご寄贈を受けました。既に高校進学時に援助を受けた方 174 名、町の国際化施策に則り海外留学費の支援を受けた方は 5 名に及んでおり、今後も続いて若い町民が支援されます。

会長の経営方針は「お客様をジョイフルにする」であり、それが同店の今日の発展に繋がりと、「私の店にあれば何でもあると思っていただける経営を目指す」との経営哲学をお聞きしたことが思い起こされます。



書き始めると、思い出が次々に出てまいります。将来を担う若者を大切にされた本田氏に、町を代表して、心よりお悔やみを申し上げます。お安らかに…。



本田昌也会長 偲んで

町長 石塚 幸右衛門



人口と世帯

人口	33,910人	(11人増)
男	17,214人	(7人増)
女	16,696人	(4人増)
世帯	14,195	(12世帯増)

11月1日現在
()は前月比

発行/瑞穂町 編集/秘書広報課 毎月1回1日発行
〒190-1292 東京都西多摩郡瑞穂町大字箱根ヶ崎2335番地
☎042(557)0501(代表) FAX042(556)3401(代表)
ホームページ <http://www.town.mizuho.tokyo.jp/>

