

日程	行事・イベント・相談 (相談の時間は受付時間)
1月	町議会第3回定例会 本会議 ※議会日程については、議会事務局へ ☎557-7693
2火	町議会第3回定例会 本会議
3水	町議会第3回定例会 本会議 ※会議の進行次第では、休会となることもあります。
4木	
5金	町議会第3回定例会 総務産業建設委員会
6土	総合体育大会開会式 午後7:00～ スカイホール小ホール
7日	瑞穂町総合防災訓練 午前9:00～ (3ページ参照) 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)
8月	町議会第3回定例会 厚生文教委員会 福祉よろず相談 午後1:30～3:30 ふれあいセンター 問合せ 社会福祉協議会 ☎557-0165
9火	
10水	町議会第3回定例会 決算特別委員会
11木	町議会第3回定例会 決算特別委員会
12金	町議会第3回定例会 決算特別委員会
13土	敬老会 スカイホール (14ページ参照) 午前の部 午前10:20～、午後の部 午後1:50～
14日	
15月	敬老の日
16火	
17水	町議会第3回定例会 議会運営委員会
18木	人権身の上・行政相談 午前9:30～11:30 ふれあいセンター 法律相談 午前9:00～11:20 ふれあいセンター ▶予約(8名)は17日(水) 午前8:30～総務課へ ☎557-0501
19金	町議会第3回定例会 本会議
20土	
21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
22月	心の相談 午後1:30～4:00 ふれあいセンター ▶予約(3名)は16日(火)～19日(金) 午前8:30～社協へ ☎557-0165
23火	秋分の日
24水	
25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
26金	
27土	
28日	
29月	
30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22日(月)～26日(金) 午前8:30～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22日(月)～26日(金) 午前8:30～社協へ ☎557-0165
10月1日～3日	

住民課・税務課の一部窓口  
毎週木曜日は午後8時まで  
9月は4日・11日・18日・25日です  
問合せ ▶住民課 ☎557-7548  
▶税務課 ☎557-7519

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。

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)
歯科健診	3歳6カ月児 (H23年1月生・2月生) 4歳児 (H22年7月生・8月生) 午後1:00～1:45
健康・育児・栄養・歯科相談	午前9:30～11:00
お誕生教室	H25年7月生・8月生 午前9:30～9:50
妊婦歯科健診	〈予約制〉 午後1:00～1:10
両親学級4日目	午前9:30～9:50
準夜 歯科	羽村市平日夜間急患センター ☎555-9999 岩永歯科医院 ☎556-1123
健康・育児・栄養相談	午前9:30～11:00
乳児健診	H26年5月生 午後1:00～1:45
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
準夜 歯科	福生市保健センター ☎552-0099 みずほ歯科医院 ☎556-1182
休日・準夜 歯科	高水医院 ☎557-0028 山岸歯科医院 ☎557-7567
健康・育児・栄養・歯科相談	午前9:30～11:00
1歳6カ月児健診	H25年2月生 午後1:00～1:40
東京都こども医療ガイド	http://www.guide.metro.tokyo.jp/
準夜 歯科	福生市保健センター ☎552-0099 殿ヶ谷歯科医院 ☎556-5667
休日・準夜 歯科	石畑診療所 ☎557-7995 奥多摩町 たかはし歯科医院 ☎0428-83-2148
巡回健康・育児相談	午後1:30～3:00 武蔵野コミュニティセンター
3歳児健診	H23年8月生 午後1:00～1:40
準夜 歯科	福生市保健センター ☎552-0099 奥多摩町 古里歯科診療所 ☎0428-85-2366
健康・育児・栄養相談	午前9:30～11:00
歯科健診	2歳児 (H24年8月生) 2歳6カ月児 (H24年2月生) 午後1:00～1:45



# みんなのけんこう

保健センター 石畑 1970 TEL557-5072



### 胃がん検診

受付中

日程・場所 (検診時間は午前中)  
▶ 11月13日(木) …元狭山コミュニティセンター  
▶ 11月17日(月)…保健センター

内容 問診・胃部レントゲン撮影  
対象 町内在住の40歳以上の方(昭和50年3月31日以前に生まれた方)  
申込み 電話で保健センターへ

### 成人歯科検診

期間 9月30日(火)まで  
(歯科医療機関の休診日を除きます。)  
対象 町内在住で、平成27年3月末の年齢が40歳、50歳、60歳、70歳の方  
※対象の方には6月に受診券(ハガキ)を送付しています。

### 予防接種を受けましょう

各種定期予防接種をまだ受けていない方、特に現在8歳・9歳(平成17年4月2日から平成19年4月1日生まれ)で日本脳炎の予防接種を受けていない方は、早めに接種を済ませましょう。

### 巡回健康・育児相談

日時 9月24日(水) 午後1時30分～3時  
場所 武蔵野コミュニティセンター  
内容 血圧測定、乳幼児の身体計測、健康や育児相談 など

### 乳がん検診

受付中

日時・場所  
▶ 公立福生病院…9月1日(月)～10月31日(金)、12月1日(月)～3月31日(火)  
午前8時30分から ※土・日曜日、祝日を除く。  
▶ 保健センター…10月4日(土)午後、11月6日(木)午前・午後

内容 問診、視触診、マンモグラフィ  
対象 町内在住の40歳以上(昭和50年3月31日以前に生まれた方)の女性で、前年度(平成25年4月から平成26年3月まで)町の検診を受診していない方  
定員 保健センター実施分…各45名 費用 1,600円  
申込み 電話で保健センターへ

### 特定健康診査

受付中

期間 10月31日(金)まで  
対象 昭和14年11月1日から昭和50年3月31日に生まれた方で、瑞穂町国民健康保険加入者  
※早めに受診してください。

### 特定保健指導をご利用ください

瑞穂町特定健康診査の結果、生活習慣病の危険が高いと考えられる方に、「特定保健指導」のご案内を送付します。管理栄養士や健康運動指導士等の専門職と一緒に、生活習慣の見直しができる内容となっています。ぜひご利用ください。

### よくわかる健診結果! 個別相談会

無料

日程 9月25日(木)午後、10月22日(水)午前・午後  
10月31日(金)午前  
場所 保健センター  
対象 平成26年度瑞穂町特定健康診査受診者  
申込み 電話で保健センターへ

### 産後は心の健康に気をつけて

赤ちゃんの誕生はとても喜ばしいものです。一方で産後は2回、お母さんの心の危機があります。

まず、産後1週間までに起きる「マタニティブルー」で、約3割の出現率です。我が子が生まれ幸せなはずなのに涙が止まらない、急に不安に襲われ気持ちが悪くなるなどといったことが起こります。一過性のうつ状態ですので、周囲の方がやさしく受容的に接することで自然に回復します。

もうひとつは、産後1カ月を経過した頃に起きる「産後うつ病」で、約1～2割の出現率です。「眠れない」「食事が作れない」「食べられない」などの症状がみられます。自然回復の可能性は低く、早期に発見し治療や支援を開始することが大切です。

町では国の法律に基づき、乳児のいる全家庭に保健師等が訪問する「こころには赤ちゃん訪問事業」を行っています。訪問はお母さんの心の状態についても気を配りながら実施しますので、ぜひ活用ください。

保健師からの大切な話をしっかりと聞き取ろう

# 紹介します！

MY INTRODUCTION No.137

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。



アカスジキンカメムシ

申込み 秘書広報課 ☎557-7497

## ● 町からの紹介 ●

### 議会中継がインターネットでご覧いただけます



町議会では、開かれた議会を目指し、各種の議会改革を行ってきました。その一つとして、本会議の録画中継をインターネットで配信しています。傍聴にお越しいただけない方も、ご自宅のパソコンで本会議をご覧いただけます。ぜひ、下記アドレスにアクセスし、本会議をご覧ください。

**閲覧方法** 議会ホームページ

<http://www.town.mizuho.tokyo.jp/gikai/>  
メニューの上から2番目「議会録画中継」をクリックしてください。

問合せ 議会事務局 ☎ 557-7693

## ● 須賀 省三さんからの紹介 ●

### 箱根ヶ崎獅子舞保存会



「箱根ヶ崎獅子舞保存会」が、今年の3月に行われた「第45回 東京都民俗芸能大会」に出場しました。これは、都内各地の民俗芸能を通じて、地域文化の創造・発展を図る大会です。箱根ヶ崎の獅子舞は、江戸時代初期に始まったとされ、町の無形民俗文化財に指定されています。

しかし近年、後継者が不足しています。この貴重な瑞穂の文化を後世に伝えるために、保存会に参加いただける方がいましたら、ぜひご連絡ください。

問合せ 須賀 ☎ 557-1139

## 屋根裏の物音

夜遅くなって屋根裏や物置の床下から、突然と物音がすることはありませんか。その音が近頃1回でも聞こえたら、それは額から鼻にかけて白い線があるハクビシン(白鼻芯)が、侵入したことに間違いのないと思います。

ハクビシンはジャコウネコ科の日本に生息する唯一の哺乳類で、この頃狭山丘陵で繁殖し特定外来生物になったアライグマ位の大きさです。昼間は姿を全く見せず、深夜になると活発となり意外な音を発するこの獣が、何時の時代にか日本に棲みついで急激に分布域を広げ、わが町でも季節に関係なく繁殖し数を増やしております。

夏に向かっては農作物の被害が続出しますが、一般家庭で特に困ることは、天井裏に糞の山を築き異臭が出る上に天井板を汚し、進むと天井板が朽ち落ちることさえあります。



とにかく、早く気付いて問題が起きる前に退散してもらわなければならないのは、いまだに鳥獣保護法に基づく保護獣に位置付けられ、駆除の対象とはなっていないからです。金網籠の箱罠を仕掛けて捕獲しても、素人筋の我々には処分の方法がありません。ハクビシンのご相談は環境課(☎ 557-0544)で、承っております。



▲捕獲されたハクビシン

町長 石塚 幸右衛門



人口と世帯	人口	33,834人	(18人増)
	男	17,166人	(2人増)
	女	16,668人	(16人増)
8月1日現在 ( )は前月比	世帯	14,290	(17世帯増)

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/>

