

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 木		
2 金		
3 土		
4 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 羽村市 おざわ歯科クリニック ☎579-1500
5 月	住民課・税務課の一部窓口 毎週木曜日は午後8時まで 10月は 1日・8日・15日・22日・29日です 問合せ ▶ 住民課 ☎557-7548 ▶ 税務課 ☎557-7519	健康・育児・栄養・歯科相談 午前9:30～11:00
6 火		
7 水		
8 木		
9 金		
10 土		医療機関案内 24時間受け付けます 東京消防庁多摩災害救急情報センター ☎521-2323 東京都保健医療情報センター ☎03-5272-0303
11 日	町民体育祭 午前8:30～ ビューパーク競技場	準夜 福生市保健センター ☎552-0099 歯科 羽村市 加藤歯科クリニック ☎554-8887
12 月	体育の日	休日・準夜 みずほクリニック ☎568-0300 歯科 羽村市 金子デンタルクリニック ☎554-1503
13 火	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	健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00 3・4カ月児健診 H27年6月生 午後1:30～2:15
14 水		献血にご協力を 10月14日(水)…ジョイフル本田 瑞穂店 午前10時30分～11時45分、午後1時～4時
15 木	身の上・行政相談 午前9:30～11:30 町民会館1階会議室 法律相談 午前9:00～11:20 町民会館1階会議室 ▶予約(8人)は14日(水)午前8:30～総務課へ ☎557-0501	BCG接種 H27年4月・5月生 午前10:00～11:30
16 金		
17 土		
18 日	みずほエコパークフリーマーケット「みずほ青空市」および環境啓発事業(雨天中止) 午前9:00～午後1:00 ☎557-5364	準夜 福生市保健センター ☎552-0099 歯科 羽村市 くさか歯科 ☎555-7793
19 月	心の相談 午後1:45～4:00 ふれあいセンター ▶予約(3人)は13日(火)～16日(金)午前8:30～社協へ ☎557-0165	健康・育児・栄養・歯科相談 午前9:30～11:00
20 火		1歳6カ月児健診 H26年3月生 午後1:00～1:40
21 水		はじめての離乳食講習会<予約制> H27年5月・6月生 午前10:00～10:10
22 木	教育委員会定例会 午前9:00～ スカイホール会議室 問合せ 教育課 ☎557-6682	3歳児健診 H24年9月生 午後1:00～1:40
23 金		
24 土		
25 日	こどもフェスティバル 午前9:30～午後4:00 ビューパーク競技場・スカイホール (2ページ参照)	準夜 福生市保健センター ☎552-0099 歯科 羽村市 高田歯科医院 ☎555-5903
26 月		
27 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人)は19日(月)～23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人)は19日(月)～23日(金)午前8:30～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(H25年9月生) 2歳6カ月児(H25年3月生) 午後1:00～1:45
28 水		巡回健康・育児相談 午後1:30～3:00 長岡コミュニティセンター
29 木	消費生活相談窓口 相談日は毎週火・金曜日です 問合せ 産業課 ☎557-7633	
30 金		
31 土		
11月1日～3日	1日(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)	1日(日)…準夜 羽村市平日夜間急患センター ☎555-9999 歯科 羽村市 つしま歯科医院 ☎579-1800 2日(月)…歯科健診 3歳6カ月児(H24年3月生・4月生) 4歳児(H23年9月生・10月生) 午後1:00～1:45 3日(祝)…休日・準夜 栗原医院 ☎557-0100 歯科 羽村市 中野歯科医院 ☎554-7053



みんなのけんこう

保健センター 石畑 1970 ☎557-5072



健康診査は10月31日まで 無料

特定健康診査・後期高齢者健康診査をまだ受診していない方は、早めの受診をお勧めします。受診券は対象の方へ郵送されています。

成人歯科検診は10月31日まで 無料

まだ受診していない方は、早めの受診をお勧めします。受診券は対象の方へ郵送されています。
 対象 町内在住で年度末年齢30歳、40歳、50歳、60歳、70歳の方

よくわかる健診結果！個別相談会 無料

日程 10月20日(火)午前・午後、10月30日(金)午前
11月9日(月)午前・午後、11月24日(火)午前
対象 平成27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

アロマと足もみ健康法 無料

自宅のできる足のもみ方、アロマの効用を学びませんか。
 日時 11月12日(木)・16日(月)・25日(水)、12月3日(木)〈全4日間〉午前10時～正午
 場所 保健センター
 対象 町内在住の75歳以上の方
 申込み 10月5日(月)から保健センターへ

ほね 骨年齢チェック～骨密度を測りませんか～ 無料

日時 11月13日(金)午前
 場所 保健センター
 対象 実施日現在20歳～49歳の女性(託児あります)
 申込み 10月5日(月)から電話で保健センターへ

高齢者ハイキング 無料

～ノルディックウォーキング～

2本のポールを持って気軽にウォーキングできます。
 日時 10月26日(月)午前9時40分 保健センター集合
 対象 町内在住の75歳以上の方で2時間程度歩ける方
 コース 出発(午前10時)→武道館→長岡コミュニティセンター(体操、昼食)→けやき館→保健センター着(午後3時30分頃)
 持ち物 弁当、飲み物、タオル、上履き
 申込み 10月5日(月)から保健センターへ

がん検診推進事業 受付中

対象者の方に検診のご案内、検診無料クーポン券などを郵送しました。この機会にぜひご受診ください。

ストップ「慢性腎臓病」 無料

～保健師の訪問指導を実施しています～

特定健康診査受診者のうち、慢性腎臓病の疑いがある方を対象に、保健師や栄養士による生活改善の指導や予防講座を実施しています。対象の方には保健師からご連絡させていただきます。ぜひご利用ください。

高齢者のインフルエンザ予防接種

高齢者でインフルエンザ予防接種を希望する方に、費用の一部を町が負担します。
 期間 10月15日(木)～平成28年1月31日(日)
 場所 指定医療機関 持ち物 健康保険証
 対象 町内在住で、接種日現在65歳以上の方
 回数 1回 費用 2,500円
 ※生活保護受給者の方は、全額免除になります。
 ※60歳以上65歳未満で身体障害者手帳1級相当の障がいをお持ちの方も対象になる場合があります。

保健師からの「ちよつと耳寄りな話」

家族みんなで歯を大切に

町内の12歳児の1人平均むし歯(う歯)数は、1.75本で都内ワースト3です(平成25年度)。幼児でも、むし歯の多い状態が続いています。出生時、人間はむし歯の菌を持っていませんが、「だ液」を通じて感染します。お子さんの歯を守るためにも、家族みんながきちんとケアをして、口の中の菌を減らしましょう。

むし歯予防の要点は、①正しい歯みがき、②正しい食生活、③定期的な健診です。歯みがきは、歯ブラシを直角に当て、チョコチョコと動かします。歯と歯茎の境目も忘れず、丁寧にいきましょう。食生活では、だらだら食べないことが重要です。特に、甘い間食は時間を決めましょう。

1歳6カ月を過ぎたら、年に2回は定期健診を受け、かかりつけ歯科医を持ちましょう。町では、幼児歯科健診や成人歯科検診を実施しています。対象の方には、はがきでお知らせしていますので、ぜひお受けください。

紹介します！

皆さんの写真や大切なもの、活躍している身近な人なども紹介できますので、お気軽にお寄せください。

申込み 秘書広報課 ☎557-7497

今年も、エコパークのヒガンバナが綺麗に咲き、来園された方々を楽しませてくれました。このヒガンバナは、「広報みずほ」などで募集して住民の皆さんから譲っていただいたものです。
(写真は9月15日に撮影されたものです)



町内会・自治会に加入して活動に参加しましょう



役場庁舎と各コミュニティセンターのロビーで町内会・自治会活動を紹介しています。町内会・自治会とは、地域に住む人々が、互いに支え合い気軽に協力できる温かい人間関係を育くみながら、住みやすい地域づくりを目指し、活動に取り組んでいる自主的な団体です。町内会・自治会への加入は明るく住みよい、また安全で安心な暮らしへの第一歩です。

【町内会・自治会に加入するには】

居住地域の町内会長・自治会長へ加入のご意思をお伝えください。連絡先が分からないという方は、地域課へお問い合わせください。

問合せ 地域課 ☎557-7608

安全で安心な暮らしのために



町では、箱根ヶ崎駅西口やスポーツ広場のほか、東京都通学路防犯設備整備補助金を活用して通学路を中心とした39カ所に防犯カメラを設置しています。また、防犯灯、道路照明灯の増設やLED灯への交換を順次進めています。

今後も、防犯協会、町内会・自治会が中心となった自主防犯組織と協力しながら防犯活動を推進し、安全で安心して暮らせるまちづくりを目指します。

問合せ

防犯灯について 地域課 ☎557-7610

道路照明灯について 建設課 ☎557-7641

通学路について 教育課 ☎557-6683

むしやだち けやき 武者立の大欒

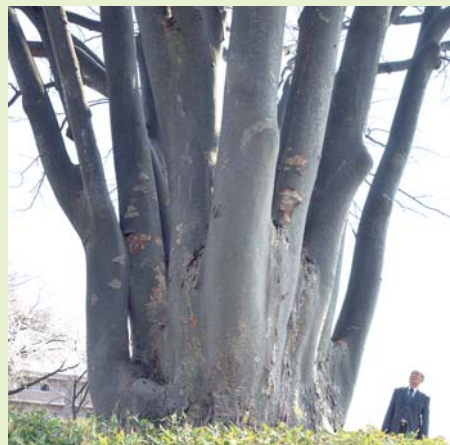
甲羅葺こうらぶきという盆栽の仕立て方があります。亀の甲羅の如く盛り上がった根株より数本の枝が立ち上がって、極めて特異な株立ちのスタイルとなります。私は唐楓の見事な盆栽を見た事があります。

さて、写真の変わった樹形の大欒は「武者立」と呼ばれるスタイルで、都立石神井公園のグランド脇で見たものです。この樹は、1959年(昭和34年)10月、東京都により、現在鬼怒川の氾濫で苦しむ茨城県常総市の雑木林から移植されたものです。17本の枝が1つの根元から一斉に立ち上がった形は、武者が勇み立った気迫があり、武蔵坊弁慶の七つ道具さえ連想しました。今から56年前にこの大木に目を留め移植した熱意・技術・費用等々には驚くべきものを感じますし、都民の財産が一つ



増えた気がしました。

当時250年とされた樹齢は、今では300年の歳月が過ぎた事になり、先人の発想に敬意を払いたいと思いました。何とも見事な欒の大木でした。



町長 石塚幸右衛門



人口と世帯

人口	33,848人	(33人増)
男	17,199人	(17人増)
女	16,649人	(16人増)
世帯	14,527世帯	(10世帯増)

9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) ☎042(556)3401(代表)
ホームページ <http://www.town.mizuho.tokyo.jp/>

