



子ども予防接種週間

3月1日～7日

日本医師会 日本小児科医会 厚生労働省 主催
皆様の予防接種に対する関心を高め、予防接種率の向上を図るため、実施されます。

この機会に、**予防接種の受け忘れがないか、もう一度母子健康手帳を見て確認してください。**

受け忘れていた場合は、次の指定医療機関で早めに受けてください。

医療機関	所在地	電話
新井クリニック	長岡1-51-2	557-0018
石畑診療所	石畑207	557-0072
栗原医院	箱根ヶ崎61	557-0100
高沢病院	二本木722-1	556-2311
高水医院	箱根ヶ崎282	557-0028
丸野医院	長岡1-14-9	556-5280
みずほクリニック	長岡長谷部31-1	568-0300

詳しくは、保健センターへお問い合わせください。

巡回健康・育児相談

日時 3月28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、乳幼児の身体計測など。健康や育児についての相談もお受けします。
 申込み 不要です。時間内に直接会場へお越しください。

基本健康診査 期間延長

平成19年度から基本健康診査期間を延長します。普段、健診機会のない方は、ご自身の健康管理のため受診することをお勧めします。

期間 5月1日(火)～10月31日(水)

詳しくは、「広報みずほ」4月号でお知らせします。

子宮がん検診受診者の方へ

検診を受診された方は、3月31日(土)までに受診医療機関で結果をお聞きください。

ちょこっと事業紹介



去年、肺がん検診を受け忘れたから今年は受けようと思っているんだけど、いつからやるのかしら？

4月に「広報みずほ」と共に各戸配布される保健事業日程表（保存版）で確認してみると良いわよ。内容が変更になることもあるから毎月の「広報みずほ」でも確認すると确实よね。



「早起き・早寝」はできていますか。どうして「早起き・早寝」が大切と言われるのでしょうか。人には、脳の中に体内時計の働きをする所があり、そこで睡眠や体温、ホルモン分泌などのリズムが刻まれます。しかし、遅くまで明るい所で起きていたり、朝の光を十分に浴びなかったりすると、体内時計が正確に働かず、午前中にぼーっとしたり、疲れやすくなったりします。特に、昼間の活動で多くのことを吸収する子どもたちにとっては、非常に良くないことです。

また、寝入ってすぐの深い眠りの時に、成長に必要な「成長ホルモン」が分泌されますが、遅くまで起きていると成長ホルモンは十分に分泌されずに、脳や身体への悪影響が心配されます。従って、「早起き・早寝」は子どもたちが、心も身体も元気に育つために非常に大切なことです。

まずは、4月から始まる新年度に向けて、毎日同じ時刻に早起きし、夜の早寝ができるように生活リズムを整えてみましょう。



親子で生活リズムを見直してみよう！

保健師からの ちょこっと耳寄りな話



3月 CALENDAR

広報カレンダー
March
弥生

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

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	町議会3月定例会 本会議	議会日程については議会事務局へ ☎557 7693 (2月15日発行の「議会だより No.167」16ページに掲載の議会日程は変更となりました)
2 金	町議会3月定例会 本会議	
3 土	みずほエコパークフリーマーケット 午前9:00～午後3:00 ☎557 5364	
4 日	リサイクルプラザ粗大ごみ持ち込み日曜受付 午前9:00～午後4:30 ☎557 7612 (当日電話予約)	準夜 羽村市平日夜間急患センター ☎555 9999 歯科 羽村市 宇野歯科医院 ☎555 8241
5 月	町議会3月定例会 本会議	歯科健診 3歳6カ月児 (H15年7月・8月生) 4歳児 (H15年1月・2月生) 午後1:00～1:45
6 火	町議会3月定例会 総務常任委員会	健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00
7 水	町議会3月定例会 産業建設常任委員会 町議会3月定例会 厚生文教常任委員会	お誕生教室 H18年1月・2月生 午前9:30～9:50
8 木	町議会3月定例会 本会議	
9 金	町議会3月定例会 予算特別委員会	
10 土		
11 日	フラメンコイン スカイホール 午後6:00開演 スカイホール小ホール 全席自由3,000円	準夜 福生市保健センター ☎552 0099 歯科 羽村市 沖倉歯科 ☎555 4331
12 月	町議会3月定例会 予算特別委員会	
13 火	町議会3月定例会 予算特別委員会 福祉よろず相談 午後1:30～3:30 福祉会館	健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00 乳児健診 H18年11月生 午後1:00～1:45
14 水	町議会3月定例会 議会運営委員会	1歳6カ月児健診 H17年8月生 午後1:00～1:45
15 木	人権・行政・法律相談 午前9:30～11:30 町民会館第2会議室 ▶予約(8名)は14日(水)午前8:30～総務課へ ☎557 0501	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
16 金	町議会3月定例会 本会議	
17 土	住民課・税務課の一部窓口 毎週末曜日は午後8時まで	準夜 福生市保健センター ☎552 0099 歯科 羽村市 おざわ歯科クリニック ☎579 1500
18 日	3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	
19 月		
20 火	身近な年金・労働相談 午後1:30～3:00 福祉会館 ▶予約(4名)は12日(月)～16日(金)午前9:00～社協へ ☎557 0159	健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00
21 水	春分の日	休日・準夜 新井クリニック ☎557 0018 歯科 羽村市 加藤歯科クリニック ☎554 8887
22 木		
23 金		3歳児健診 H16年2月生 午後1:00～1:45
24 土	箱根ヶ崎駅駐輪場一斉受付 午前9:00～11:00 町民会館	
25 日		準夜 福生市保健センター ☎552 0099 歯科 奥多摩町 古里歯科診療所 ☎0428 85 2366
26 月	心の相談 午後1:30～3:10 福祉会館 ▶予約(3名)は19日(月)～23日(金)午前9:00～社協へ ☎557 0159	
27 火	身近な法律相談 午前9:30～11:10 福祉会館 ▶予約(6名)は19日(月)～23日(金)午前9:00～社協へ ☎557 0159 福祉よろず相談 午後1:30～3:30 福祉会館	健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00 歯科健診 2歳児 (H17年2月生) 2歳6カ月児 (H16年8月生) 午後1:00～1:45
28 水		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
29 木		
30 金		
31 土		
4月1日	1日(日)... さくらまつり ～六道山の集い～ 午前10:00～午後3:00 ☎557 3389	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 くさか歯科 ☎555 7793
3日	2日(月)... テニスコート5月分予約抽選会 午後7:30 スカイホール2階 ☎557 7071	3日(火)... 健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00

紹介します！

MY INTRODUCTION

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

● 原田 功三さんからの紹介 ●



車のランプの川

国道16号

国道16号を橋の上から見た写真です。たくさん大型トラックが行き交い、何を積み、どこへ運んでいくのか。ここから夜景を眺めながら、飲酒運転の撲滅を切に願ひ、安全運転をして欲しいと思います。車を運転される方、事故を起こさないよう、気を付けましょう。

● 町からの紹介 ●



「つるし雛」の展示

耕心館

耕心館がランティアの方々が一年かけて作った「つるし雛」の飾り付けが行われました。飾り付けには、職場体験の中学生も参加しました。この「つるし雛」には、瑞穂で採れる農産物やお茶の花、俵ねずみなどがあります。展示は、3月4日(日)まで楽しめますので、皆さんぜひ、足を運んでください。

新たな地域づくり

わが町では2店舗目となる、大型商業施設が1月30日に開店いたしました。近隣でも武蔵村山市に巨大商業施設が開店し、入間市境にも大きな商業施設が計画されているようです。

車社会の発展に合わせ、商業環境も新たな時代を迎えようとしています。この施設の町への進出に当たり、さまざまな協議を続けておりましたが、高額な寄付金の申し出を頂き、奨学金制度の創設を今議会に提案いたしました。

また、同店の食料品売り場には、瑞穂の農産物の販売コーナーが設置され、地元新鮮野菜の売れ行きは良好です。町農業の活性化につながるものと期待しています。

そして、災害時の応援協定についても、今後協議してまいります。

世間話をしながら買い物ができる顔見知りの近所の商店と、町外からも多くの買い物客が訪れる大型店舗が、それぞれの特徴を生かしながら、町の一員として地域づくりに貢献いただくことを期待します。



瑞穂の農産物販売コーナー前にて

瑞穂町長 石塚幸右衛門

町長
コラム