

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（当日電話予約）	準夜 羽村市平日夜間急患センター ☎555—9999 歯科 羽村市 羽村歯科医院 ☎570—4618
2月		
3火		健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00
4水	教育委員会定例会 午後1:30～ スカイホール会議室 問合せ 学校教育課 ☎557—6682	
5木	住民課・税務課の一部窓口 毎週木曜日は午後8時まで 2月は5日・12日・19日・26日です 問合せ ▶住民課 ☎557—7548 ▶税務課 ☎557—7519	
6金		両親学級（1日目） 午後1:00～1:20
7土		
8日		準夜 福生市保健センター ☎552—0099 歯科 羽村市 福留歯科医院 ☎555—7064
9月		
10火	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 H20年10月生 午後1:00～1:45
11水	建国記念の日	休日 石畑診療所 ☎557—0072 準夜 丸野医院 ☎556—5280 歯科 羽村市 矢野歯科医院 ☎555—3363
12木	消費者生活相談窓口 相談日は毎週火・金曜日です 問合せ 産業振興課 ☎557—7633	両親学級（2日目） 午後1:00～1:20
13金		
14土		
15日		準夜 福生市保健センター ☎552—0099 歯科 羽村市 渡邊歯科医院 ☎570—1688
16月	心の相談 午後1:30～4:00 福祉会館 ▶予約(3名)は9日(月)～13日(金)午前9:00～杜協へ ☎557—0159	
17火		健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00
18水		両親学級（3日目） 午前10:00～10:10 1歳6カ月児健診 H19年7月生 午後1:00～1:45
19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18日(水)午前8:30～総務課へ ☎557—0501	
20金		B C G接種 H20年10月～11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 羽村市 本田歯科医院 ☎554—5902
23月		両親学級（4日目） 午後1:00～1:20
24火	身近な法律相談 午前9:30～11:30 福祉会館 ▶予約(6名)は16日(月)～20日(金)午前9:00～杜協へ ☎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（H19年1月生）2歳6カ月児（H18年7月生） 午後1:00～1:45 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 はじめての離乳食講習会 <予約制> H20年9月生～10月生 午前10:00～10:10 3歳児健診 H18年1月生 午後1:00～1:45
25水		
26木		
27金		
28土		
3月1日～3日	1日(日)…みずほエコパークフリーマーケット 午前9:00～午後2:00（雨天中止） 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（当日電話予約）	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 あさひ公園通り歯科医院 ☎555—7904 2日(月)…歯科健診 3歳6カ月児（H17年7月生～8月生）4歳児（H17年1月生～2月生） 午後1:00～1:45 3日(火)…健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00



みんなのけんこう

保健センター 石畑1970 ☎557—5072



子宮がん検診受付中

日程 2月28日(土)まで
（医療機関の休診日は除きます）

場所・時間

- ▶高水医院（箱根ヶ崎282 ☎557—0028）
午前9時～正午、午後3時～6時
- ▶大聖病院（福生市福生871 ☎551—1311）
午前8時30分～正午、午後1時30分～4時30分

内容

細胞採取
※検診結果は医師から説明がありますので、1カ月以内に受診された医療機関でお受け取りください。

対象 20歳以上で前年度（平成19年4月～平成20年3月）受診していない方

※昨年度受診したかどうか不明の場合、保健センターへお問い合わせください。

定員 ありません

費用 無料

申込み 次のいずれかの方法でお申し込みください。

▶直接保健センター窓口へ

▶2月20日(金)（必着）までに往復はがきの「往信用裏面」に郵便番号、住所、氏名、生年月日、子宮がん検診希望、「返信用表面」に郵便番号、住所、氏名を明記して次のところへ

〒190—1211 瑞穂町大字石畑1970番地
瑞穂町保健センター

市民公開講座

「健康長寿の免疫学」

—ここまでわかる自分の健康—

日時 2月28日(土) 午後2時～4時
場所 羽村市コミュニティセンター「ゆとろぎ」
主催 西多摩三師会（医師会、歯科医師会、薬剤師会）
定員 220名（先着順）
費用 無料
申込み 不要です
問合せ 西多摩医師会事務局 ☎0428(23)2171

「みんなで防ごう脳卒中」

—予防と再発予防—

日時 3月4日(水) 午後5時30分受付 6時開演
場所 秋川キララホール
主催 西多摩地域脳卒中医療連携検討会
内容 ▶第1部 講演 ①脳卒中の病態
②脳卒中の治療
③脳卒中の予防
▶第2部 夫婦でトークショー
「ありのまま、そのまま生きる」

定員 600名（先着順）

費用 無料

申込み 電話またはファクスで西多摩医師会事務局へ
☎0428(23)2171 ☎0428(24)1615

反対にたばこをやめると24時間後には心臓発作の可能性が少なくなり、1年後には心筋梗塞などにかかる危険が喫煙者の半分になります。

たばこは依存性が強く、禁煙開始から1週間程度はつらい時期が続きます。そのため、初めての禁煙で成功する人もいますが、何度も挑戦してようやく成功する人もたくさんいます。たとえ失敗してもくじけず、何度も繰り返し挑戦し続けてみてください。挑戦し続けることが禁煙につながります。

たばこは百害あって一利なしです。「禁煙しよう」「やめたい」と思ったら、1日も早く禁煙に挑戦しましょう。



禁煙に挑戦しましょう

保健師からの
ちょっぴり耳寄りな話



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

● 町からの紹介 ●



NEW遊具登場

下野公園（長岡）で、古くなつた滑り台を撤去し、新たにロッククライミングと滑り台が付いた複合遊具を設置しました。
落下等による危険を最小限にするため、遊具の下に衝撃を吸収するゴムチップマットを敷設しました。
※お願い
対象年齢は、おおむね6歳から12歳までです。幼児が公園の遊具で遊ぶ場合は、大人が必ず付き添ってください。
問合せ 建設課
☎557-7659

● 耕心館ボランティアからの紹介 ●



つるし雛

これは、モーガンヒル市のキルトショーでメンバーが制作したつるし雛を展示していただいた時の写真です。
モーガンヒル市で、たくさんの方に喜んでいただけたと聞き、とてもうれしく思っています。
耕心館では、2月19日(木)から3月3日(火)まで、新作と共にこの7点も展示しますので、ぜひご覧ください。

瑞穂町青少年国際派遣事業②

海外派遣で感じた日本と瑞穂町

アメリカのモーガンヒル市への派遣事業で感じたことが二つありました。

一つ目は、個人の自由を尊重するのがアメリカであり、自分の意見や考えを率直に相手に伝えることや表現することが、世代に関係なく身に付いているということです。

二つ目は、モーガンヒル市へ行っている間、現地の姉妹都市委員会やホストファミリー主催のパーティーが何度か行われ、昔の日本によくあった近所付き合いが今でも残っていて、良いものだと感じました。

現在の日本では、近所付き合いが希薄になっているとよく言われます。このことを瑞穂町において考えてみると、町内会、子ども会、隣組などがあり、地域のつ

ながりが残っています。

この地域のつながりはお互いを助け合いながら、いろいろな活動をしている点で、ホストファミリーの方々 がしてくれたボランティアと似ていると思います。

今回の派遣研修で学んだことの一つであるボランティア精神を持ち続け、瑞穂町における交流事業はも



▲モーガンヒル市の友人たちと（中央が私） 中垣 佳奈

ちろんのこと、小さなボランティアにも積極的に参加していきたいと思っています。