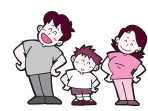


日程	行事・イベント・相談（相談の時間は受付時間）
1日	リサイクルプラザ第一日曜日の粗大ごみ受け入れ日 午前9:00～午後4:30 ☎557—7612（当日電話予約）
2月	
3火	1日…みずほエコパークフリーマーケット（雨天中止） 午前9:00～午後2:00 ☎557—5364
4水	町議会第1回定例会 本会議 午前9:00～ 議会日程については議会事務局へ ☎557—7693
5木	町議会第1回定例会 本会議 午前9:00～
6金	町議会第1回定例会 本会議 午前9:00～
7土	
8日	びあのくらぶみずほ8期生卒業演奏会 午後1:30～ スカイホール小ホール
9月	町議会第1回定例会 総務常任委員会 午前9:00～
10火	福祉よろず相談 午後1:30～3:30 福祉会館
11水	町議会第1回定例会 産業建設常任委員会 午前9:00～
12木	町議会第1回定例会 厚生文教常任委員会 午前9:00～
13金	
14土	
15日	
16月	町議会第1回定例会 予算特別委員会 午前9:00～ 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～社協へ ☎557—0159
17火	町議会第1回定例会 予算特別委員会 午前9:00～ 身近な年金・労働相談 午後1:30～3:30 福祉会館 ▶予約(4名)は9日(月)～13日(金)午前9:00～社協へ ☎557—0159
18水	町議会第1回定例会 予算特別委員会 午前9:00～
19木	町議会第1回定例会 議会運営委員会 午後2:00～ 人権・行政・*法律相談 午前9:30～11:30 町民会館1階会議室 *予約(8名)は18日(水)午前8:30～総務課へ ☎557—0501
20金	春分の日
21土	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
22日	
23月	
24火	町議会第1回定例会 本会議 午前9:00～ 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)～19日(木)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
25水	
26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 学校教育課 ☎557—6682
27金	住民課・税務課の一部窓口 毎週木曜日は午後8時まで
28土	
29日	3月は5日・12日・19日・26日です
30月	問合せ ▶住民課 ☎557—7548 ▶税務課 ☎557—7519
31火	
4月1日	2日(木)・3日(金)…狂犬病予防集合注射（6ページ参照） 5日(日)…狭山丘陵ウォーキング 午前8:00役場前集合 （17ページ参照） みずほエコパークフリーマーケット 午前9:00～午後2:00 さくらまつり～六道山の集い～ 午前10:00～午後3:00

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）
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
歯科健診	3歳6カ月児（H17年7月～8月生）4歳児（H17年1月～2月生） 午後1:00～1:45
健康・育児・栄養相談	午前9:30～11:00
お誕生教室	H20年1月～2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（5日目）	午前9:30～9:50
準夜	福生市保健センター ☎552—0099
歯科	羽村市 生駒歯科羽村診療所 ☎555—3139
健康・育児・栄養・歯科相談	午前9:30～11:00
乳児健診	H20年11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	
準夜	福生市保健センター ☎552—0099
歯科	羽村市 いながき歯科 ☎555—6018
健康・育児・栄養相談	午前9:30～11:00
1歳6カ月児健診	H19年8月生 午後1:00～1:45
休日・準夜	石畑診療所 ☎557—0072
歯科	羽村市 井上歯科医院 ☎554—7735
準夜	福生市保健センター ☎552—0099
歯科	羽村市 うすい歯科医院 ☎579—1199
健康・育児・栄養相談	午前9:30～11:00
歯科健診	2歳児（H19年2月生）2歳6カ月児（H18年8月生） 午後1:00～1:45
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	H18年2月生 午後1:00～1:45
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
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



子ども予防接種週間

2月28日～3月8日

〈日本医師会・日本小児科医会・厚生労働省主催〉

保護者をはじめとした地域住民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ことを目的に実施されます。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でご確認ください。

なお、今年度から麻しん・風しん予防接種に第3期（中学1年生）と第4期（高校3年生相当の方）が追加されていますので、ご注意ください。

受け忘れている場合は、次の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。

「自殺防止！東京キャンペーン」48時間特別相談 3月は東京都の自殺対策強化月間です。

期間 3月14日(土)～15日(日) 時間 午前6時～翌々午前6時

東京自殺防止センター ☎03（5286）9090

巡回健康・育児相談

日時 3月25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。

子宮がん検診受診者の方へ

子宮がん検診を受診された方は、忘れずに3月31日(火)までに受診医療機関で結果をお聞きください。

〈ちょっとと事業紹介〉



はしか(麻しん)を予防するにはどうしたらいいのかしら。

はしかは感染力が強く、春から夏にかけて流行します。ワクチン接種が最大の予防法です。公費負担の対象者は無料で受けられますが、期間が限られているのでご注意ください（公費対象者 第1期:1歳 第2期:小学校入学前1年間 第3期:中学1年生 第4期:高校3年生相当の方）。



「寝る子は育つ」といって本当なの？
皆さん「寝る子は育つ」という言葉を聞いたことはありませんか？実はこれには科学的な裏付けがあったのです。
人間は寝ている間に成長ホルモンを分泌します。これは細胞を再生・修復する新陳代謝の作用があり、眠りに落ちるから3時間の間に集中的に分泌します。また、睡眠は血圧・体温・脈拍を下げて感情をコントロールするセロトニンという脳内物質もつくられ、心と体の機能のバランスを整えます。これらは、子どもが成長するためにとても重要なものです。不足すると体内に老廃物がたまり、血液の流れが悪くなったり、肌や頭皮が新しく生まれ変わらないなどの弊害がでます。
このように、十分な睡眠は子どもの心と体を健康に保ち、成長するために必要なものです。早く寝付く習慣を身に付けるために、まずは、いつも決まった時間に電気を消して布団に入ることを2週間続けてみましょう。



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 ●



拡大読書機などを設置

瑞穂町図書館に拡大読書機、役場福祉課に携帯型拡大読書機と活字文書読み上げ装置、武蔵野コミュニティセンターに携帯型拡大読書機、元狭山コミュニティセンターに活字文書読み上げ装置を設置しました。

それぞれ文字を大きく拡大したり、音声で読み上げる機器です。この機器は、東京都の助成により設置しました。

お気軽にご利用ください。

問合せ 福祉課
☎557-0574



健康器具を設置

都営瑞穂アパート9号棟前にあるむさしの公園に健康器具を3基（写真右下）、下砂橋から表橋間（殿ヶ谷）の残堀川沿いに2基設置しました。

この健康器具は、体や足首を伸ばすストレッチ運動や、屈伸運動を補助してくれる器具で、ウォーキングなどの休憩時に手軽に使用いただけます。

健康づくりのためにもぜひ、ご利用ください。

問合せ 建設課
☎557-7659

平成20年度 瑞穂町国際化推進派遣事業

タイ王国視察の感想 ①

出発前、タイ国内の政治混乱やカンボジアとの国境問題がニュースでたびたび伝えられ、出国前には心配をしていましたが、バンコクに到着し、同行したガイドにこのことを聞くと、「私は全然心配していません。」とよその国の話のようでした。

市内の道路は日本と同じように渋滞が激しく、赤信号になると先頭にバイクの集団ができます。幹線道路は片側3車線で、日本の高速道路並みのスピードで車が行き交います。

誰もが一番欲しい物は日本車のようですが、ガソリンの価格が1ℓ200円近くするので、バイクが先に普及したのでしょう。自転車はあまり見掛けませんでした。私事ですが、38年前3万7,000円の給料を得たと

き、自分の車が欲しいと考えていたことを思い出しました。

さて、今回の訪問先はチャム市、パタヤ市、サッパヤ村の2市1村でしたが、いずれの場所でも親日的で



▲マルカタイヤワン宮殿にて（左から2人目が私）

大歓迎を受け、瑞穂町との姉妹都市提携にも積極的でした。

近い将来、2市1村のいずれかの都市との交流が始まることを大いに期待しています。

田中 勝