

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があります。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 (当日電話予約) 夏まつり交通規制 (5ページ参照)	<b>東京都子ども医療ガイド</b> http://www.guide.metro.tokyo.jp/
5 月		
6 火		
7 水		
8 木		
9 金		
10 土	町営プール開始 (17ページ参照)	
11 日		
12 月	福祉よろず相談 午後1:30～3:30 ふれあいセンター ※指定日時以外にも随時相談を行います。	
13 火		
14 水		
15 木	税務相談 午前9:30～11:30 町民会館1階会議室 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14日(水)午前8:30～総務課へ ☎557-0501	
16 金		
17 土	耕心館夏の夜間開館開始 (20ページ参照)	
18 日	エコパークフリーマーケット (雨天中止) 午前9:00～午後1:00 ☎557-5364 (9ページ参照)	
19 月	海の日	
20 火		
21 水		
22 木		
23 金		
24 土		
25 日		
26 月	心の相談 午後1:30～4:00 ふれあいセンター ▶予約(3名)は20日(火)～23日(金)午前9:00～社協へ ☎557-0159	
27 火	身近な法律相談 午前9:30～11:30 ふれあいセンター ▶予約(6名)は20日(火)～23日(金)午前9:00～社協へ ☎557-0159 身近な年金・労働相談 午後1:30～3:30 ふれあいセンター ▶予約(4名)は20日(火)～23日(金)午前9:00～社協へ ☎557-0159	
28 水		
29 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 教育総務課 ☎557-6682	
30 金		
31 土		
8月1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 (当日電話予約) 寿楽納涼祭り 午後5:00～7:30 寿楽駐車場 (15ページ参照)	
3日		

### 消費者生活相談室窓口

相談日は**毎週火・金曜日**です

問合せ 産業振興課 ☎557-7633

### 住民課・税務課の一部窓口

毎週木曜日は**午後8時まで**

7月は**1日・8日・15日・22日・29日**です

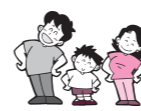
問合せ ▶住民課 ☎557-7548  
▶税務課 ☎557-7519

### 母と子の健康相談 (小児救急相談等)

相談日時  
月～金曜日 (午後5時～10時)  
土・日曜日、祝日、年末年始 (午前9時～午後5時)  
☎03(5285)8898または#8000

### 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



## みんなのけんこう

保健センター 石畑1970 ☎557-5072



### 胃がん検診 (9～11月実施分)

日時・場所 (検診時間は午前中)

▶9月8日(水)・22日(水)、10月29日(金)、11月25日(木)…保健センター

▶10月6日(水)…武蔵野コミュニティセンター

▶11月19日(金)…元狹山コミュニティセンター

内容 胃部レントゲン撮影

対象 町内在住で40歳以上の方(昭和46年3月31日以前に生まれた方)

※5月・6月に受診された方は対象外です。

定員 各45名(先着順)

申込み 7月5日(月)午前8時30分から電話で保健センターへ  
※次の方は受診をご遠慮ください。

胃の治療中・手術後の方、腸閉塞の方、以前にバリウムを飲んで具合が悪くなった方、自力で立位を保持するのが困難な方、撮影台の手すりを自分でつかむことが困難な方、過去1年以内に心臓の発作や脳血管疾患を発症したことのある方、現在治療中の病気があり、何らかの症状がある方および1年以内に手術をされた方。

※病気療養中の方はご相談ください。

### 肺がん検診

日程 ▶9月17日(金)、11月29日(月)…各100名(先着順)

▶10月23日(土)…170名(先着順)

場所 保健センター

内容 胸部レントゲン撮影と「たん」の検査

対象 町内在住で40歳以上の方(昭和46年3月31日以前に生まれた方)

申込み 7月5日(月)午前8時30分から電話で保健センターへ

がん検診はなぜ必要なの？

平成19年の日本人の死亡者のうち、実に3人に1人ががんで亡くなっています。町の平成20年度主要死因別死亡者では、315人中84人(約27%)ががんによるものでした。がんは一言で言えば「体の老化」です。がん細胞は、体の60兆個の細胞が毎日新陳代謝を繰り返す中でできます。がん細胞は毎日たくさんできますが、いつもは免疫細胞が退治しています。しかし、がん細胞はもともと私たちの正常な細胞から発生していますので、中には免疫細胞が見逃してしまうこともあります。逃れた一つのがん細胞が何度も細胞分裂を繰り返して、1mmのがんの大きさになるのに約10年以上の長い年月がかかります。

禁煙や食事、運動に気を付けて、がんにならないに越したことはありませんが、完全に予防できないのが、がんという病気です。そのため、がんになっても検診で早期発見して治療に結び付けることが大切です。がんの予防には、がんを遠ざける生活習慣と併せて、定期的ながん検診を受診しましょう。



### 保健師がらのちよつと耳寄りな話



# 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

## ● 原田 功三さんからの紹介 ●



### カルガモ

早朝、狭山池公園や残堀川をカメラ片手に散策しながら野鳥を探していたら、カワセミ・セキレイ・ツバメ・カルガモ・ヒヨドリを見つけました。しかし、写真にならず、再度、狭山池公園の近くまで戻ったとき、カルガモのメス親が草むらと水辺近くに立っていました。近くを見ると、茶色の固まりが見え、近づくともカルガモのひなを発見。これぞダンゴ4兄弟。あまり見ることのできない光景でもとてもかわいく、シャッターを切りました。

## ● 町からの紹介 ●



### 瑞穂から宇宙へ

6月2日、宇宙飛行士の野口聡一さんが、ソユーズ宇宙船で宇宙から帰還しました。野口さんは、1991年から約5年間、殿ヶ谷にある㈱IHIで、航空技術者として超音速旅客機のエンジン開発に従事していました。IHIの玄関には、毛利衛・若田光一・向井千秋各氏のサインが入った旗が飾られています。7月7日の七夕の夜空に、瑞穂町から宇宙へ思いをさせてみるのも良いのではないのでしょうか。

◀帰還直後の野口さん※

※出典 JAXA / NASA / Bill Ingalls

## スズメのお宿

「気が付いたら、驚くほどの変化にがくぜんとした」という経験はありませんか。世の中の事象が刻々と変化していますから、改めて注視したときに、その変化に驚くわけです。

あるバードセンサス調査によれば、スズメの数が50年で十分の一に減少したとあります。町にあふれていたスズメは、今や探すほどになりました。庭に小鳥の餌台を設置すると、まず来るのはスズメです。その後、ほかの野鳥がたくさん集まるようになります。

町民の意識調査でも『野鳥の生息できるまちづくり』への要望は強いものがありましたから、町職員やシルバー人材センターの方たちが工夫して、手作りのスズ



メのアパートが製作されました。

順次、コンクリート製の公共施設にかけられると思いますので、皆さんも気付いたら見上げてください。巣箱がなじんできて、来年の春にはひなの巣立ちが見られるようになれば素晴らしいものと思います。

瑞穂町長 石塚 幸右衛門



勝田アナウンサー(テレビ朝日)とシルバーの皆さん