

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 金 | | |
| 2 土 | | |
| 3 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 福生市 島田歯科クリニック ☎552-3084 歯科健診 3歳6カ月児 (H19年11月生～12月生) 4歳児 (H19年5月生～6月生) 午後1:00～1:45 |
| 4 月 | 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7日・14日・21日・28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 |
| 5 火 | | お誕生教室 H22年5月生～6月生 午前9:30～9:50 |
| 6 水 | | 東京都子ども医療ガイド http://www.guide.metro.tokyo.jp/ |
| 7 木 | | 準夜 福生市保健センター ☎552-0099 歯科 福生市 ふみ歯科診療所 ☎551-7288 |
| 8 金 | | |
| 9 土 | 町営プール開始 (17ページ参照) | |
| 10 日 | 夏まつり交通規制 (4ページ参照) | 健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00 乳児健診 H23年3月生 午後1:00～1:45 |
| 11 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。 | |
| 12 火 | | |
| 13 水 | 消費生活相談室窓口 相談日は毎週火・金曜日です 問合せ 産業課 ☎557-7633 | 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 |
| 14 木 | | |
| 15 金 | | |
| 16 土 | | |
| 17 日 | | 準夜 福生市保健センター ☎552-0099 歯科 福生市 山口歯科クリニック ☎553-8182 |
| 18 月 | 海の日 | 休日・準夜 高沢病院 ☎556-2311 歯科 福生市 江藤歯科医院 ☎552-9750 |
| 19 火 | | 健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00 |
| 20 水 | | 1歳6カ月児健診 H21年12月生 午後1:00～1:40 |
| 21 木 | 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20日(水)午前8:30～総務課へ ☎557-0501 | |
| 22 金 | | 3歳児健診 H20年6月生 午後1:00～1:40 |
| 23 土 | | |
| 24 日 | | 準夜 福生市保健センター ☎552-0099 歯科 福生市 三井田歯科医院 ☎551-0479 |
| 25 月 | 心の相談 午後1:30～4:00 ふれあいセンター ▶予約(3名)は19日(火)～22日(金)午前9:00～社協へ ☎557-0159 | 巡回健康・育児相談 午後1:30～3:00 長岡南会館 |
| 26 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19日(火)～22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19日(火)～22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 歯科健診 2歳児 (H21年6月生) 2歳6カ月児 (H20年12月生) 午後1:00～1:45 |
| 27 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 |
| 28 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 | 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 |
| 29 金 | | |
| 30 土 | 寿楽納涼祭り (15ページ参照) | |
| 31 日 | | 準夜 羽村市平日夜間急患センター ☎555-9999 歯科 福生市 新井歯科医院 ☎530-1488 |
| 8月1日 3日 | | 2日(火)…健康・育児・栄養・歯科相談 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



特定健康診査を受診しましょう

メタボリックシンドローム (内臓脂肪型肥満) に重点を置いた内容となっています。高血圧、糖尿病等の生活習慣病の早期発見と予防のために、ぜひ、受診してください。

期間 9月30日(金)まで
 場所 町内指定医療機関、公立福生病院 (予約制)、保健センター (集団健診、予約制)
 ※保健センターの集団健診は 7月24日(日)、7月25日(月) 8月12日(金)、8月13日(土)
 対象 昭和11年10月1日から昭和47年3月31日に生まれた方で、瑞穂町国民健康保険加入者
 ※受診券は郵送済みです。届いていない場合はご連絡ください。

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(休)・22日(休)、10月12日(休)、11月30日(休)…保健センター
 ▶10月7日(金)…武蔵野コミュニティセンター
 ▶10月21日(月)…元狭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47年3月31日以前に生まれた方)
 ※5月から7月に受診された方は対象外です。
 定員 各45名 (先着順)
 費用 無料
 申込み 7月4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、現在治療中のご病気があり、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。

後期高齢者健康診査を実施します

期間 7月1日(金)～10月31日(月)
 場所 町内指定医療機関
 対象 後期高齢者医療保険加入者
 ※受診券は郵送済みです。届いていない場合はご連絡ください。

日本脳炎の予防接種を受けましょう

平成17年度から21年度まで、日本脳炎の予防接種を中止していましたが、新たなワクチンが開発されました。平成7年6月1日から平成19年4月1日生まれで、1期・2期の接種が終わっていない方は、20歳になる前までに、接種を受けることができます。母子健康手帳をご確認ください。

麻しん・風しん予防接種4期について

麻しん・風しん予防接種4期は高校3年生相当の方が対象になります。ただし、学校行事等で海外に行く場合など特別な事情があるときには、高校2年生でも接種ができるようになりました。希望する方は保健センターにお申し込みください。

熱中症を予防しましょう

昨年の夏は、猛暑のため熱中症で救急搬送された方が前年の4倍となりました。熱中症とは、暑さを調節するために発汗し、血液中の水分が減って、脱水を起こすために血液循環が悪くなり、体のバランスが破たんしてしまう状態のことをいいます。

熱中症は気温だけでなく、湿度の高さや自分の体が発する熱も原因となるので、屋外や運動中だけでなく、屋内についても起こります。特に高齢者はのどの渇きを感じにくく、水分補給が滞ってしまうため、自宅でも多発しています。また、乳幼児も体温調節機能などが十分に発達していないため、車中で熱中症になることも多く、注意が必要です。

水分補給のポイントとして、就寝前・起床後・入浴前後はコップ1杯(約200ml)の水分を補給しましょう。また、日中はのどが渇いた時点で水分補給をするのではなく、のどが渇く前に水分補給をすることが大切です。

熱中症になる前に、日ごろから小まめな水分補給で予防を心掛けましょう。



紹介します！

MY INTRODUCTION No.99

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



● 吉岡 信行さんからの紹介 ●

八高線



これは、昭和60年(1985年)ごろ、撮影した写真です。場所は、現在の国道16号線むさし野北付近です。手前は、電化前の八高線です。その向こうに国道16号線と横田基地が見えます。昔は、車の交通量も少なくてのどかでした。

時と共に町は変わっていきますが、時代ごとの町の姿を後世に伝えていくことも、大事だと思えます。

● 町からの紹介 ●

ホームページリニューアル



町ホームページのトップページをリニューアルしました。主な改良点としては、「安全・安心」、「役場あんない」などのような大項目を新設し、知りたい情報を探しやすくしたことです。また、それぞれの項目をイラストで表現することで、一目見て種類がわかるような工夫もしています。

より親しみやすくなった町のホームページを、ぜひご利用ください。

問合せ 秘書広報課 ☎557-7497

困ったガビチョウ

朝早く庭にやって来た小鳥が、この頃は良く囀ります。この甲高い美声も、毎日となると騒音に感じる人がいるのは日本人が昔から聞いて来た鳴声でなく、そして狭い庭では響き過ぎるからでしょうか。

体長20~25cm、茶褐色のこの鳥の特徴は、中国名「画眉」が示すように目の回りより後方に眉状に伸びた白線が画かれたようにある事ですが、40年位前迄は何処の小鳥屋にも湧れる程に売られておりました。やがて、綺麗な羽色で粒餌の洋鳥ブームがやって来ますから、すり餌の小鳥が売れなくなります。全国で大量に売れ残ったガビは山野に放され里山や河原の藪で繁殖を始めました。地上を走り回って実や虫を探す地上採食性ですが、近頃は雪国にまで進出し始めたそうです。

原産地が中国南部からラオス近辺で、中国では飼鳥と云うとガビを指す程に一般

的に飼育され、北京の小鳥市は殊に盛況だそうです。

中国各都市では、散歩にガビの小鳥籠を下げている姿や公園での鳴合せ会が市民の風物となっていますが、現在の日本では外来生物法によりガビの飼育は禁じられています。

私が特に興味を持ったのは、今でも中国南部の貴州省や湖南省ではガビを『闘鳥』としている事でした。双方の籠と籠を近づけて闘志を起し籠の入口を合わせると、激烈な戦いが始ると聞きます。この様な強い性格の鳥ですから、ガビが定着すると日本の在来野鳥が駆逐されていると云われています。困った野鳥とも云えます。



ガビチョウ



瑞穂町長 石塚 幸右衛門



人口と世帯

| | | |
|--------|---------|--------|
| 人口 | 33,538人 | (10人減) |
| 男 | 17,078人 | (16人減) |
| 女 | 16,460人 | (6人増) |
| 世帯 | 13,728 | (5世帯増) |
| 外国人登録数 | 587人 | |

6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/>

