



みんなのけんこう

保健センター 石畑 1970 TEL 557-5072



子ども予防接種週間

3月1日～7日

<日本医師会・厚生労働省主催>

住民の予防接種に対する関心を高め、予防接種率向上を図るため、実施されます。この機会に、もう一度母子健康手帳を見て、予防接種の受け忘れがないか、確認してください。

受け忘れている場合は、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	TEL 557-0018
石畑診療所	石畑207	TEL 557-0072
栗原医院	箱根ヶ崎61	TEL 557-0100
高沢病院	二本木722-1	TEL 556-2311
高水医院	箱根ヶ崎282	TEL 557-0028
丸野医院	長岡1-14-9	TEL 556-5280
みずほクリニック	長岡長谷部31-1	TEL 568-0300

女性特有のがん検診対象の方へ

対象の方には、9月末に通知とクーポン券を郵送しました。無料クーポン券の利用期限は3月31日(土)までです。期限を過ぎると利用できませんので、早めに受診してください。

子宮がん検診受診者の方へ

高水医院で子宮がん検診を受診された方は、忘れずに3月31日(土)までに受診結果を確認してください。



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、健康や育児についての相談 など

申込み 不要です。時間内に直接会場へお越しください。

3月は東京都の自殺対策強化月間です 自殺防止！東京キャンペーン

【特別相談の実施】

○東京都自殺相談ダイヤル

3月5日(月)～9日(金) 24時間

TEL 0570-087-478

○多重債務110番(東京都消費生活総合センター)

3月5日(月)・6日(火) 午前9時～午後4時

TEL 03 (3235) 1155

○自殺予防いのちの電話

3月10日(土) 午前8時～翌朝8時

TEL 0120-738-556 (フリーダイヤル)

※毎月10日に実施しています。

○自死遺族相談ダイヤル

3月5日(月)～7日(水) 午前10時～午後10時

TEL 03 (5988) 7778 (全国自死遺族総合支援センター)

3月8日(木)～11日(日) 午前10時～午後10時

TEL 03 (3796) 5453 (グリーンケア・サポートプラザ)

○48時間特別相談

3月10日(土)・11日(日) 午後6時～翌朝6時

TEL 03 (5286) 9090 (東京自殺防止センター)

花粉症対策としては、なるべく花粉が体に入らないようにする工夫や注意が必要です。まずは、花粉の飛散の多い時間帯(午後1時～3時頃)の外出をなるべく控え、出掛ける際は花粉情報を事前にチェックし、外出時は帽子やマスクなどを身に付けるとよいでしょう。コートは、すべすべした素材のものを避け、花粉がコートに付きにくくなります。帰宅した際は、衣類に付いた花粉を部屋の手に持ち込まないようにそっと叩き、すぐに手洗いうがいをして花粉を洗い流しましょう。

もはや国民病といわれている花粉症ですが、きちんと対策し、つらいシーズンを乗り切りましょう。

3月に入り、春が近づいてきましたね。気温も暖かくなり生活しやすくなりますが、それに伴ってスギ花粉で悩む方が増えてきます。現在、日本人の4人に1人が花粉症であるといわれています。今年のスギ花粉は全国的に「例年並み」か「やや少なめ」といわれていますが油断は禁物です。

花粉症を予防しましょう

保健師からの
ちよつと耳寄りな話



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 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 木	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	
2 金	町議会第1回定例会 本会議 午前9:00～	
3 土		両親学級 (5日目) 午前9:30～9:50
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 (当日電話申込み)	準夜 羽村市平日夜間急患センター ☎555-9999 歯科 羽村市 沖倉歯科 ☎555-4331
5 月	町議会第1回定例会 本会議 午前9:00～	歯科健診 3歳6カ月児 (H20年7月～8月生) 4歳児 (H20年1月～2月生) 午後1:00～1:45
6 火		健康・育児・栄養・歯科相談 午前9:30～11:00
7 水	町議会第1回定例会 総務産業建設委員会 午前9:00～	お誕生教室 H23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
8 木	町議会第1回定例会 厚生文教委員会 午前9:00～	
9 金		
10 土	東京都平和の日	
11 日		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
12 月	町議会第1回定例会 予算特別委員会 午前9:00～ 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	町議会第1回定例会 予算特別委員会 午前9:00～	健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00 乳児健診 H23年11月生 午後1:00～1:45
14 水	町議会第1回定例会 予算特別委員会 午前9:00～	
15 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 東京消防庁救急相談センター ☎042(521)2323または#7119 東京都医療機関案内サービス ☎03(5272)0303
16 金	町議会第1回定例会 議会運営委員会 午前9:00～	
17 土		
18 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1:00 ☎557-5364	準夜 福生市保健センター ☎552-0099 歯科 羽村市 加藤歯科クリニック ☎554-8887
19 月	心の相談 午後1:30～4:00 ふれあいセンター ▶予約(3名)は12日(月)～16日(金) 午前9:00～社協へ ☎557-0159	
20 火	春分の日	休日・準夜 栗原医院 ☎557-0100 歯科 羽村市 金子デンタルクリニック ☎554-1503
21 水	町議会第1回定例会 本会議 午前9:00～	1歳6カ月児健診 H22年8月生 午後1:00～1:40
22 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	
23 金	住民課・税務課の一部窓口 毎週木曜日は午後8時まで 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	3歳児健診 H21年2月生 午後1:00～1:40
24 土		
25 日		準夜 福生市保健センター ☎552-0099 歯科 羽村市 くさか歯科 ☎555-7793
26 月		
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19日(月)～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 武蔵野コミュニティセンター ▶予約(4名)は19日(月)～23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 (H22年2月生) 2歳6カ月児 (H21年8月生) 午後1:00～1:45
28 水	消費生活相談窓口 相談日は毎週火・金曜日です 問合せ 産業課 ☎557-7633	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～3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 (当日電話申込み)	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 高田歯科医院 ☎555-5903 3日(火)…健康・育児・栄養・歯科相談 午前9:30～11:00

紹介します！

MY INTRODUCTION No.107

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 042-557-7497

● 町からの紹介 ●



ソフトテニス大会出場

瑞中のソフトテニス部に所属する、2年生の永井 果歩さんと大野 麻子さんが、「東京都強化研修大会兼全日本大会代表選手選考会」で第3位に入り、3月27日(火)・28日(水)に三重県で開催される「第23回都道府県対抗全日本中学生ソフトテニス大会」への出場が決まりました。この大会には、全国でもトップレベルの選手が集い、熱戦を繰り上げます。お二人のご健闘を心よりお祈りします。

● 丹生 勘二さんからの紹介 ●



カマキリの産卵

昨年の秋、東松原にお住まいの丹生さんが、ご自宅の玄関の柱で産卵しているハラビロカマキリを見つけました。カマキリの卵は薄茶色で乾いたものですが、産みたての頃は写真のように白い泡状になっています。

もうすぐ暖かくなるので、赤ちゃんカマキリがたくさん生まれてくることでしょう。赤ちゃんカマキリは、アリに食べられてしまうほど小さく、成虫になれるのはごくわずかです。厳しい試練を乗り越えて立派な成虫になり、秋にまた産卵に来ると良いですね。

さくら 桜 ざわ 沢

殿ヶ谷の福正寺山の東の谷は、「桜沢」と呼ばれています。山桜が多く生えている訳でもないのに、何で桜沢なのかと思っていましたら、この谷には鉄分が多い土壌が広がり、湧出する流れが赤く桜色に染まるというのです。言われてみると、谷の冷たい清流の水底の土や落葉は赤く淀んで続いています。

福正寺の釣鐘は、この谷で铸られ铸物師は桜沢を名乗ったとの伝承もありました。

今、桜沢の清流を受け止める水田が無くなりましたので、東京都は「野山北・六道山公園」整備の一環として、この谷の出口に貯水池を作り、町民の憩いの場が作られており、早春はヤマアカガエルが産卵の為に集まります。山があり水があり草草が広



桜沢湿地にて

町長 石塚 幸お衛門



人口と世帯

2月1日現在
()は前月比

人口	33,560人	(29人増)
男	17,077人	(19人増)
女	16,483人	(10人増)
世帯	13,797	(24世帯増)
外国人登録数	543人	

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
TEL 042(557)0501(代表) FAX 042(556)3401(代表)
ホームページ <http://www.town.mizuho.tokyo.jp/>

