

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)
1 木	町議会第3回定例会 本会議 ※議会日程については、議会事務局へ ☎557-7693
2 金	町議会第3回定例会 本会議
3 土	総合体育大会開会式 午後7:00～ スカイホール小ホール
4 日	瑞穂町総合防災訓練 午前9:00～ (3ページ参照) 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)
5 月	町議会第3回定例会 本会議 ※会議の進行次第では、休会となることもあります。
6 火	
7 水	町議会第3回定例会 総務産業建設委員会
8 木	町議会第3回定例会 厚生文教委員会
9 金	
10 土	消費生活相談窓口 相談日は毎週火・金曜日です
11 日	問合せ 産業課 ☎557-7633
12 月	町議会第3回定例会 決算特別委員会 福祉よろず相談 午後1:30～3:30 ふれあいセンター 問合せ 社会福祉協議会 ☎557-0165
13 火	町議会第3回定例会 決算特別委員会
14 水	町議会第3回定例会 決算特別委員会
15 木	町議会第3回定例会 決算特別委員会 身の上・行政相談 午前9:30～11:30 町民会館1階会議室 法律相談 午前9:00～11:40 町民会館1階会議室 ▶予約(8人)は14日(水) 午前8:30～総務課へ ☎557-0501
16 金	町議会第3回定例会 議会運営委員会
17 土	敬老会 スカイホール (7ページ参照) 午前の部 午前10:20～、午後の部 午後1:50～
18 日	みずほエコパークフリーマーケット「みずほ青空市」(雨天中止) 午前9:00～午後1:00 (17ページ参照)
19 月	敬老の日
20 火	
21 水	町議会第3回定例会 本会議
22 木	秋分の日
23 金	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
24 土	
25 日	
26 月	心の相談 午後1:45～4:00 ふれあいセンター ▶予約(3人)は12日(月)～23日(金) 午前8:30～社協へ ☎557-0165
27 火	身近な法律相談 午前9:30～11:30 武蔵野コミュニティセンター ▶予約(4人)は12日(月)～23日(金) 午前8:30～社協へ ☎557-0165
28 水	
29 木	住民課・税務課の窓口 毎週木曜日は午後8時まで 9月は 1日・8日・15日・29日です
30 金	問合せ ▶住民課 ☎557-7548 ▶税務課 ☎557-7519
10月1日～2日	

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)

マタニティクラス4日目 午前9:30～9:50

準夜 羽村市平日夜間急患センター ☎555-9999
 歯科 みずほ歯科医院 ☎556-1182

歯科健診 3歳6カ月児 (H25年1月生・2月生)
 4歳児 (H24年7月生・8月生) 午後1:00～1:45

健康・育児・栄養・歯科相談 午前9:30～11:00

お誕生教室 H27年7月生・8月生 午前9:30～9:50

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

準夜 福生市保健センター ☎552-0099
 歯科 きたはらファミリー歯科 ☎533-4180

健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00
 3・4カ月児健診 H28年5月生 午後1:30～2:15

子供の健康相談室 (小児救急相談)
 相談日時 月～金曜日 (午後6時～11時)
 土・日曜日、祝日、年末年始 (午前9時～午後11時)
 ☎03(5285)8898または#8000

準夜 福生市保健センター ☎552-0099
 歯科 青松歯科医院 ☎556-4180

休日 準夜 菜の花クリニック ☎557-7995
 歯科 殿ヶ谷歯科医院 ☎556-5667

健康・育児・栄養・歯科相談 午前9:30～11:00

1歳6カ月児健診 H27年2月生 午後1:00～1:40

休日 丸野医院 ☎556-5280
 準夜 栗原医院 ☎557-0100
 歯科 奥多摩町 古里歯科診療所 ☎0428(85)2366

3歳児健診 H25年8月生 午後0:50～1:30

準夜 福生市保健センター ☎552-0099
 歯科 奥多摩町 たかはし歯科医院 ☎0428(83)2148

健康・育児・栄養相談 午前9:30～11:00
 歯科健診 2歳児 (H26年8月生)
 2歳6カ月児 (H26年2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

2日(日) 準夜 羽村市平日夜間急患センター ☎555-9999
 歯科 羽村市 渡邊歯科医院 ☎570-1688



みんなのけんこう

保健センター 石畑 1970 ☎557-5072



よくわかる健診結果 個別相談会 無料

特定健康診査の受診結果について、保健師・管理栄養士による個別相談会です(予約制)。

「今のところ異常はないけれど、もっと健康であるための方法が知りたい」「病院で説明を受けたけれど、具体的に気をつけることを知りたい」などのご相談をお受けします。

日程 9月30日(金)午後、10月14日(金)午前・午後、10月31日(月)午前

※上記以外の日程もあります。詳しくは、お問い合わせください。

場所 保健センター

対象 平成28年度瑞穂町特定健康診査を受診した方(事業主健診、人間ドック受診者で瑞穂町国民健康保険に加入している方を含む)

※特定保健指導の対象になる方は、この相談会をご利用できません。特定保健指導をご利用ください。特定保健指導の対象の方は、個別にご案内を郵送します。

申込み 電話で保健センターへ

健康づくり推進委員会主催事業 無料

リズムに合わせて簡単脳トレ教室

音楽に合わせて全身を動かしてみましょう。普段とはちょっと違う運動をすることで体に刺激が入り、血流、代謝も良くなります。簡単な脳トレも実践し、体も脳も元気になるプログラムです。

日時 9月28日(水)午前10時から

場所 町民会館ホール

対象 町内在住の方

定員 25人(申込順)

講師 佐藤岳人さん、飯田静香さん(健康運動指導士)

持ち物 タオル、飲み物、筆記用具

※運動のできる服装でご参加ください。

申込み 9月5日(月)から、電話で保健センターへ



各種がん検診の申込み 追加募集

9月16日(金)までに保健センター窓口にお越しいただくか、ハガキ(必着)にてお申し込みください。

※いずれの検診も午前中です。

【胃がん・肺がん検診】

日程・場所 10月13日(水) 武蔵野コミュニティセンター
 10月22日(火)、11月21日(月) 保健センター
 11月17日(水) 元狭山コミュニティセンター

費用 無料

【乳がん・子宮頸がん検診】

日程・場所 11月27日(日) 保健センター

費用 ▶乳がん検診…1,600円 ▶子宮頸がん検診…無料

10月1日から B型肝炎ワクチンの定期接種が始まります 無料

対象 平成28年4月1日以降に生まれた、1歳未満のお子さん
 接種回数 3回

※標準的な接種期間は、生後2カ月に達した時から、生後9カ月に達するまでの期間です。

※対象となる方へ案内を郵送します。詳しくは、お問い合わせください。

巡回健康・育児相談 申込不要 無料

血圧測定や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。

日時 9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

瑞穂町国民健康保険に加入している皆さまへ 特定健康診査を実施中 無料

期間 10月31日(月)まで

対象 昭和16年11月1日から昭和52年3月31日までに生まれた方で、瑞穂町国民健康保険に加入している方

保健師からの
ちよつと耳寄りな話

腎臓について 考えてみませんか

人の体内で内臓が絶え間なく働き続けているおかげで、私たちは毎日元気に過ごすことができます。その内臓の中でも腎臓は人が生きていく上で、体の中を一定の状態に保つ働きをしています。

腎臓には糸球体という「ろ過装置」があり、血液はこの糸球体を通過します。そして体に必要なたんぱく質などを再び体内へ戻し、不要な尿酸や塩分といった老廃物を尿として排出します。しかし腎機能が低下した場合、ろ過機能も低下して老廃物が体内に蓄積したり、必要なたんぱく質などが尿の中に排出されてしまいます。この状態が続くと腎不全になり、人工透析などの治療が必要になります。

腎機能には腎臓自体の疾患のほか、糖尿病や高血圧といった生活習慣病が影響するといわれています。町では健診結果に基づいて、腎機能に注意が必要な方に、予防講座や個別相談の案内を郵送しています。この機会に、一緒に自身の腎臓について振り返ってみませんか。

紹介します！

皆さんの写真や大切なもの、活躍している身近な人なども紹介できますので、お気軽にお寄せください。

申込み 秘書広報課 ☎557-7497

写真は、石畑にお住まいの榎本 和夫さんのお庭に咲いたソテツの花です。榎本さんがこのソテツを28年間見てきて、初めて花を咲かせたそうです。ソテツの花は、数十年に一度咲くその珍しさから、幸運をもたらす花とされることもあるそうです。鮮やかな黄金色で、縁起の良さそうな雰囲気の花ですね。



家族で楽しく酪農をして、地域に貢献する



瑞穂町で酪農を営んでいる清水牧場が家族経営協定を結び、調印式が7月25日に行われました。

協定書に調印したのは認定農業者である清水 陸央さんと妻の育代さん、長男で後継者の清水 久央さんと妻の文さんの4人で、協定書には、経営目標、役割分担、就労条件など家族で話し合って決定した内容が記載されています。この協定により、将来の目標や役割分担などについて、家族の合意形成が図られ、各自が主体的に農業に取り組むなどの効果が期待できます。

後継者である清水 久央さんは「これからは6次産業化も含めて家族で頑張っていきます。」と力強く語ってくれました。

瑞穂の中学生、相撲の全国大会に出場



8月7日、瑞穂二中3年生の齊藤 昂輝さんが、東京都代表として、両国国技館で行われた第27回全国都道府県中学生相撲選手権大会の軽量級の部に出場し、ベスト32位という成績を残しました。

現在、立川市にある道場に週2回通うなど、この後に行われる全国大会（団体戦）の出場に向けて、一生懸命稽古をしています。

全国各地の高校や相撲部屋からスカウトが来ているようですが、しばらくは都内の高校や大学でさらに相撲の技能を磨き、将来は関取を目指しているそうです。

今後、ますますのご活躍を期待します。

小池新知事

わが町で選挙運動の演説を行った史上二人目の知事候補者が、小池百合子氏で、7月26日の箱根ヶ崎駅東口広場の朝の第一声でした。聴衆が約500人いたと聞きました。

同氏がカイロ大学（エジプト）卒と聞いた時は、熱狂的に国民に支持されたナセル大統領の時代を知っている世代の私には、極めて懐かしいものがあります。このことを知ったのは、同氏が政界入りした平成8年（1996）のことでした。

やがて平成15年（2003）には環境相（2003.9～2006.9）として入閣、現在日本中に定着した『クールビズ』を先導し、その名前を定着させました。平成19年（2007.7）には、第2代の防衛相として入閣、異例の長期留任中であつた守

屋武昌防衛事務次官の退任を進め、ご自身も早くに辞任します。「女の意気地」という言葉が紙面に躍っていたと思います。従って、大臣室で



の面会の機会を私は失します。

振り返って都知事選挙で、今回に似るパターンは平成7年（1995）のいじわる婆さんを演じた青島幸男氏と石原信雄前内閣官房副長官との選挙で、青島氏は自身の芸能歴に「前知事」と一行を加えたいただけでしたから一期を務めると辞めました。

平成11年（1999）には石原慎太郎氏と明石康前国連事務局長次長との選挙があり、自民党を中心に燃えましたが敗れ、石原都政が誕生しました。

新知事には、私はたいへん期待しております。



町長 石塚 幸右衛門



人口と世帯

8月1日現在
()は前月比

人口	33,788人	(10人増)
男	17,209人	(14人増)
女	16,579人	(4人減)
世帯	14,734世帯	(29世帯増)

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/>

