

心の健康教室「レットトラ  
ーミュージック」

日常生活の中で、避けられないのがストレスです。ストレスは、ときには万病のもとになってしまいます。ストレスとの上手な付き合い方を考えてみませんか。

【日時】 6月14日(金)午前10時～正午

【場所】 保健センター

【対象】 市内在住の方

【定員】 先着30人(予約制)

【講師】 音楽療法士

【内容】 心の健康と音楽についての話・珍しい楽器やおなじみの楽器の演奏・みんなで大きな声で歌ったり、体を動かします。

【申込み】 5月2日(木)から電話で保健センター ☎ 552・0061へ。

福生市保健センター

【往信・裏】 ①住所②氏名③生年月日④年齢⑤電話番号⑥前立腺がん検診希望

【返信表】 ご自分の住所・氏名を記入してください。

【返信・裏】 無記入

※往復はがき1枚につき1人の申込みです。記載内容に不備があると受診できません。

【問合せ】 保健センター ☎ 552・0061

二種混合予防接種について

平成25年4月1日～平成26年3月31日の期間で二種混合(破傷風・ジフテリア)

予防接種を実施しています。なるべく5月中などの早い時期に接種することを

お勧めします。対象者の方は、市内指定医療機関で接

種してください。

【対象】 小学6年生(11歳～13歳未満)

※予防接種は対象の方に個別にお送りしてあります。転入、紛失等で予防票がお手

元でない方は、母子健康手帳を持って、保健センター

で交付を受けてください。

【問合せ】 保健センター ☎ 552・0061

エイズ検査を実施します!

西多摩保健所では東京都の「HIV検査・相談月間」

キャンペーンに合わせて、エイズ検査を実施します。

常時エイズや性感染症に関する相談にも応じています。

【検査日時】 6月4日(火)午後1時30分～4時30分

介護サポーター募集について

介護サポーター募集中! 詳しくは介護福祉課高齡福祉係へ。【問合せ】 介護福祉課高齡福祉係 ☎ 551・1751

大人の風しん予防接種の費用を助成します

現在、風しん患者報告数が急増しています。風しんは妊娠初期の女性がかかると、胎児に白内障、先天性心疾患、難聴を主症状とする先天性風しん症候群が発症する可能性があります。市では、先天性風しん症候群の発症を予防するため、先天性風しん症候群予防ワクチン接種(風しん予防接種)費の一部助成を実施します。

【対象】 接種当日福生市に住民登録があり、19歳以上の方で、次のいずれかに該当する方。ただし、風しんにかかったことがなく、また、風しん(麻しん風しん混合MR・MMR含む)の予防接種を受けたことがない方に限ります。

▼対象者1…妊娠を予定または希望している女性

[接種期間] 平成25年5月1日～平成26年3月31日

▼対象者2…妊娠している女性の配偶者(胎児の父親)

[接種期間] 平成25年5月1日～平成25年9月30日

※妊娠している方及びその可能性がある方は、接種を受けることができません。なお、接種後2か月間は、妊娠を避けることが必要です。

【助成額】 接種費用のうち麻しん・風しん混合ワクチンは5,000円、風しんワクチンは3,000円をそれぞれ限度として助成します。

※接種費用は医療機関により異なります。生活保護・中国残留邦人等支援給付受給者は全額免除となります。

【実施医療機関】 市内指定医療機関のみで実施

【申込み】 申請書に必要事項を記入のうえ、保健センターに持参するか、郵送(〒197-0011 福生市福生2125番地3 福生市保健センター宛)してください。申請書は保健センター窓口・市ホームページからダウンロードできます。

【問合せ】 保健センター ☎ 552・0061

6月の女性悩みごと相談

～羽村市との共同事業～

自分自身の生き方に関すること、家族関係や職場の人間関係のこと、夫や恋人からの暴力など、女性が抱えるさまざまな悩みごとの相談に専門の女性カウンセラーが応じます。相談の内容は固く守られますので、安心してご相談ください。

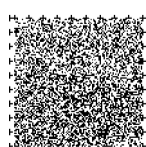
＜福生市＞【日時】 12日(水)・26日(水)午前9時～午後1時

【場所】 市役所1階第1相談室

＜羽村市＞【日時】 5日(水)・19日(水)午後1時30分～4時30分

【場所】 羽村市役所西庁舎1階102会議室

※福生市・羽村市在住の女性の方でしたら、どちらの市へ申し込まれてもかまいません。予約制で先着3人まで(1人50分以内)。予約は、相談日の1か月前から福生市広報広聴係 ☎ 551・1529、羽村市市民相談係 ☎ 555・1111(内線199)へ。



高齢者介護予防教室

介護予防を目的とした次の教室を実施します。ぜひご参加ください。

【対象】 65歳以上の高齢者で介護保険要介護認定の「要介護」「要支援」に該当しない方(筋力向上トレーニングは、医師から運動制限を受けていないことも条件に含みます。)

【申込み】 5月9日(木)～16日(木)の間に事前に電話で申し込みのうえ、印鑑を持参して市役所1階9番介護福祉課高齡福祉係 ☎ 551・1751へ。

教室名	日時	場所	目的	内容
筋力向上トレーニング教室	6月～8月の火曜日(全12回)午後2時～4時 ※費用無料	福祉センター2階理学療法室	転倒骨折の防止及び加齢にともなう運動器の機能低下の予防・向上	健康運動指導士の指導による個人の身体状況などに応じたトレーニング
お口と食のはたらき教室(口の機能向上と栄養改善)	6月～8月の水曜日(全12回)午前10時30分～午後0時30分 ※調理実習の材料費実費	福祉センター2階作業療法室	食物を食べる、話をする等の口の機能向上 日々の食生活を直す栄養改善	歯科衛生士による口腔機能の重要性についての話、口腔清掃及び口腔体操 管理栄養士による栄養相談や調理実習など

費用の記載のない事業は無料です