健康だより

大気汚染医療費助成制度～医療券（気管支ぜん息）の更新を忘れずに～

都内に１年（３歳未満は６カ月）以上在住の18歳未満で気管支ぜん息などに罹患（りかん）しているなど、要件を満たす方に、認定疾病に係る医療費（保険適用後の自己負担分）を助成しています。有効期間満了後も引き続き助成を受けるためには、期間満了の１カ月前を目安に区市町村の窓口で更新手続きをしてください。なお、もも色の医療券の方は、有効期間満了までに更新手続きを行わない場合、資格喪失となり再度認定を受けられなくなります。

ID1003110申直接、市役所2階福祉総務課☎(400)0868・FAX(338)6881へ問東京都保健医療局環境保健衛生課☎03(5320)4491

「からだ気くばりメニュー店」のご紹介

「からだ気くばりメニュー店」とは、皆さんの健康づくりに役立つ野菜たっぷりのメニュー、栄養バランスや減塩に配慮したメニューを提供しているお店のことです（参加店舗も募集しています）。

市内の「からだ気くばりメニュー店MAP」は、健康センター、多摩センター駅出張所、南多摩保健所で配布している他、南多摩保健所ホームページURLhttps://www.hokeniryo.metro.tokyo.ℓg.jp/shisetsu/jigyosyo/hokenjyo/minamitama/topics/yasai に掲載しています。

問南多摩保健所保健栄養担当☎(371)7661

第119回多摩センター健康セミナー「股関節の病気について～その痛み、我慢してて大丈夫？～」

日９月30日㈫午後１時30分～２時30分（１時開場）場ココリア多摩センターココリアホール定50人（会場先着順）講師松本幹生氏（多摩南部地域病院整形外科医長）共催多摩センター地区連絡協議会、多摩市医師会、多摩市申当日直接会場へ問健康セミナー事務局☎(311)2250

骨髄バンクドナー登録会

現在ドナー登録されている方の半数以上が40歳～50歳代の方です。ドナー登録は55歳で引退となり、このままでは今後10年で22万人のドナーが減ってしまいます。

日10月15日㈬午後１時30分（予約制）場南多摩保健所（永山２－１－５）対18歳～54歳で、健康状態が良好な方備考条件や申し込み方法などの詳細は、東京都南多摩保健所URLhttps://www.hokeniryo.metro.tokyo.ℓg.jp/minamitama/index.htmℓ 参照

問南多摩保健所保健対策課地域保健担当☎(371)7661

腎臓病食実践セミナー「すぐに始めよう食事改善～食事は自分でできる治療法～」（全３回）

日①10月６日②20日③11月10日、各月曜日午後２時～４時場二幸産業・NSP健幸（けんこう）福祉プラザ①701～703研修室②③調理実習室対腎臓病の方、腎臓病予備軍の方（腎機能が低下している方）、尿蛋白陽性の方、eGFR60未満の方、そのご家族など定16人（申し込み先着順）¥4,500円（全回分、材料費込み）内食事療法のポイントを講義と調理実習講師福島由香里氏（医療法人社団心施会管理栄養士）持ち物筆記用具、電卓、ご自身の検査結果など②③エプロン、三角巾、食器用布巾2枚、ハンドタオル備考料金の返金不可。欠席時も料金払戻し・割引なしID1010714申問９月５日㈮午前10時から、電話または直接、二幸産業・NSP健幸福祉プラザ３階センター事務室管理係☎(356)0303（日曜日、祝日、第2土曜日を除く午前8時～午後5時）へ

献血のお知らせ

献血への協力が必要量に届かない状況が続いています。病気やけがなどで輸血を必要としている患者さんを救うため、ご理解とご協力をお願いいたします。

日９月21日㈰午前11時30分～午後４時場関戸公民館ギャラリーID1011945問東京都赤十字血液センター立川事業所☎042(529)0405

受診相談（救急相談、医療機関案内）

ID1002731

- **消防庁救急相談センター（24時間）**　☎＃7119、☎042(521)2323
  病院に行くか救急車を呼ぶか迷っている方はご連絡ください。相談医療チーム（医師、看護師、救急隊経験者など）が年中無休で対応しています。
- **子供の健康相談室　小児救急相談（東京都）**☎＃8000、☎03(5285)8898
  日月～金曜日の午後６時～翌朝８時（土・日曜日、祝日、年末年始の午前８時～翌朝８時）
- **東京都医療機関案内サービス“ひまわり”（24時間）**　☎03(5272)0303
- **（厚生労働省・東京都）医療情報ネット**
  医療機関・薬局を検索することができます。
  医療情報ネットへのアクセスはこちら▶
- **多摩消防署　救急病院案内（24時間）**　☎042(375)0119

●休日診療当番医（医科）※当番医は、都合により変更の場合あり

急病人のみ。来院前に必ず要電話予約。必ず時間内のご連絡・ご来院を。

日午前９時～午後５時持ち物健康保険証、乳幼児医療証など

診療日	医療機関名	所在地	電話番号
9/7㈰	みゆき消化器内視鏡クリニック	永山1－5　ベルブ永山211	(372)4853
9/14㈰	せいせきこどもクリニック	一ノ宮4－20－23　バモス聖蹟1階	(400)5032
9/15㈷	たかはし内科・脳神経内科クリニック	関戸2－66－1	(400)1508

●こども準夜診療所（健康センター内）＝小児科

来院前に必ず電話でご連絡ください。

受付時間午後7時～9時45分対原則、15歳以下問☎(375)0909

●休日歯科応急診療所（健康センター内）＝歯科

来院前に必ず電話でご予約ください。

受付時間日曜日・祝日の午前9時～正午、午後１時～３時30分問☎(376)8009

有料広告

※この広報紙に掲載されている有料広告は市の業務と直接関係ありません。内容は広告主にお問い合わせください
※たま広報・市公式ホームページへの広告掲載希望の方は、株式会社ウィット☎072(668)3275にお問い合わせください