

# 30歳以上を対象に 秋の胃集団検診

3月31日に、40・50・60歳の誕生日を迎える方は、「特別精密健康診査」の対象となりますので、そちらでの受診をお勧めします。

◆日程・会場 別表のとおり。時間はいずれも午前8時～11時。

▼9月6日(金) (消印有効) まで、はがきに①「胃検診希望」、②住所・氏名・生年月日・年齢・性別・電話番号、③第1希望日(および会場名)と第2希望日(および会場名)を記入し「〒101-0004 新川6-35 28三鷹市総合保健センター」へ申し込む「窓口」も可。定員満了超えた場合は抽選。希望日以外の日の場合は、希望日以外の日に変更。

※抽選の結果は10月初旬に郵送にて通知します。抽選の結果に関してのお問い合わせは、4月1日より平成15年

実施日	曜日	検診会場
10月15日	火	井口C.C.
10月17日	木	大沢C.C.
10月18日	金	牟礼C.C.
10月19日	土	新川中原C.C.
10月21日	月	総合保健センター
10月22日	火	総合保健センター
10月23日	水	総合保健センター
10月24日	木	総合保健センター
10月25日	金	総合保健センター
10月26日	土	総合保健センター

※C.C.はコミュニティセンター

サプリメント (栄養補助食品) のお話

近ごろ、スーパーやコンビニエンスストアなどでも、さまざまなサプリメント(栄養補助食品)を見かけるようになりました。

私たちにとって、よのよの身近で手軽なものとなったサプリメントについて、正しい知識を身につけて、上手に利用する

労働者の健康相談

多摩東部地域産業保健センターでは、厚生労働省の委託を受けて、無料で中小企業労働者や事業者の方々への身体や心の健康相談を行っています。

◆相談 毎月第3木曜日午後1時30分～3時30分、同センター(野崎1-7-23 三鷹市医師会館内)で。

※antalヘルスの相談は予約制です。事前に同センター(047-2155)へ申し込

対象は30歳以上(昭和48年4月1日以前生まれ)の市民の方。ただし、次の方は受診できません。①妊娠中および妊娠の疑いのある方、②胃腸疾患で治療中の方、③春の胃集団検診を受診した方。

精神的な緊張の両方があります。この調子の特徴は後頭部、後頸部から始まり頭部全体に及ぶことが多いのですが、片側のみの患者さんでも2割くらいは存在します。持続時間は、30分くらいから1週間くらい持続する場合があります。患者さんの背景としては、精神的な緊張の両方があります。この調子の特徴は後頭部、後頸部から始まり頭部全体に及ぶことが多いのですが、片側のみの患者さんでも2割くらいは存在します。持続時間は、30分くらいから1週間くらい持続する場合があります。患者さんの背景としては、精神的な緊張の両方があります。

## 緊張型頭痛と片頭痛

緊張型頭痛は、以前は筋緊張型頭痛と呼ばれていた疾患です。患者さんの数は2千人以上と推定され、頭痛の中では最も頻度の高い疾患です。頭痛患者さんの半分以上はこの緊張型頭痛になります。「緊張」の意味は、頭部の筋肉の緊張と

ともあります。また両側性で出現する場合や、途中から両側性になることもあります。10～20歳代で発症することが多く、頭痛が頻りに出てくると、生活に支障をきたすことがあります。誘因を特定する早道です。(三鷹市医師会)

## 相談できる医療機関(直接お申し込み下さい)

登録医療機関	住所	電話番号
高山 医院	上連雀4-2-29	43-0700
松崎 整形外科医院	上連雀4-3-5	48-3151
三鷹 中央病院	上連雀5-23-10	44-6161
村田 外科医院	下連雀3-2-1	44-8096
平 嶺 医院	下連雀3-24-7	43-2838
三鷹 中央診療所	下連雀3-34-20	43-1639
角田 外科消化器科医院	下連雀4-9-1	45-3251
第一 医院	下連雀4-17-30	43-8636
野 村 病院	下連雀8-3-6	47-4848
三鷹 第一病院	下連雀8-9-21	46-4141
新川 クリニック	新川5-6-21	43-0123
林 医 院	牟礼5-4-19	43-7113
横 内 医 院	牟礼6-6-14	43-0910
藤 林 医 院	井の頭3-12-15	43-4322
萩 原 医 院	野崎2-11-16	31-1500

## 年金だより

年金手帳は大切に保管しよう

年金に加入すると、基礎年金番号が記載された年金手帳が交付されます。20歳になる日本国内に居住する方は、国民年金に加入することになります。20歳の誕生日が過ぎたころに年金手帳が交付されます(厚生年金など)に加入中の方は対象外です。

8月26日(月)、国民健康保険に加入している市帯主あてに「医療費のお知らせ」を送付します。

## 国民健康保険

「医療費のお知らせ」を送付します

8月26日(月)、国民健康保険に加入している市帯主あてに「医療費のお知らせ」をお送りします。

## 国際ソロプチミスト三鷹が

国際ソロプチミスト三鷹が、7月24日、職業を持つ女性の奉仕団体である、国際ソロプチミスト三鷹が、NPO法人GOODWILLに上連雀4丁目自給型自動車を購入しました。写真、チャリティコンサートなどの収益金を地域に還元している国際ソロプチミスト三鷹は、これまでに、三



鷹武蔵野 二鷹武蔵野 54-12161

「言葉の遅れ・運動の遅れ」の療育相談

対象は就学前のお子さんと保護者。言葉の遅れ、運動発達遅れの遅れなど、療育上の気になることと東大和療育センター小児神経科医師の西條晴美さんがアドバイスします。▼9月5日(木)午後1時30分～4時、三鷹武蔵野保健所で。▼事前に同保健所保健指導係(047-2161)へ申し込む。

講演「アイメイト(盲導犬)と視覚障害者」

アイメイト協会理事の塩谷隆男さんが、視覚障害者の目となるアイメイトの訓練、ア

8月の環境・食品衛生出張窓口

- 日時 8月29日(木)午後1時～4時
- 場所 総合保健センター別館
- 業務内容
  - ①環境・食品衛生の相談受付
  - ②食品関係営業許可の申請および変更届などの受付
  - ③環境衛生関係営業許可の申請および変更届などの受付
  - ④受水タンクをもつ水道水、井戸水、プール水の水质検査容器的無料付付(検査の受付は別途保健所でを行います。飲用適否の検査料金は9,900円です)。なお、プール水は項目別料金です。
- 問い合わせ先 三鷹武蔵野保健所生活衛生課 54-2161

※次回回は9月26日(木)です。

指定寄付

- 50万円 東京三鷹イオンスク(市内施設)
- 14万円 三鷹市農業協同組合(農協)
- 20万円 東京三鷹イオンスク(市内施設)
- 20万円 東京三鷹イオンスク(市内施設)
- 10万円 吉野書院
- ボランテア基金
- 7万円 三鷹市ボランティア利用者会

7月14日に三鷹市中央通りで行った募金では、6月7千円が集まりました。このお金は、歩行困難な高齢者の方たちを支援して走る「あおぞら」の運営資金として活用させていただきます。ご協力ありがとうございました。

あなたかい善意 (敬称略)

一般寄付

- 1万円 三鷹市 下連雀地区地区表参道善志
- 5千円 除田
- 2万円 福寿会フナチン会
- 1万6千円 東京都自動車協同組合三鷹支部
- 1万5千円 吉祥寺
- 1万5千円 三鷹市
- 1万5千円 三鷹市
- 1万5千円 三鷹市