

# インフルエンザの予防接種が始まりました

## できるだけ年内に接種を済ませましょう

### ◆接種対象・回数・費用

| 接種当日65歳未満の市民                                                                                                                                               | 接種当日65歳以上の市民                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 回数:13歳未満の方＝2回接種<br>13歳以上の方＝1回接種<br>自己負担額<br>1回目＝3,600円<br>2回目<br>・1回目と同一医療機関で接種する場合<br>＝2,550円<br>・1回目と異なる医療機関で接種する場合<br>＝3,600円<br>予診のみ(接種見合わせ)の場合＝1,790円 | ※60歳以上65歳未満で、心臓、じん臓または、呼吸器の機能に日常生活が極度に制限される程度の障がい有する方、ヒト免疫不全ウイルスにより日常生活がほとんど不可能な程度の免疫機能に障がい有する方を含む。<br>回数:1回接種<br>自己負担額＝2,200円<br>※健康保険証など年齢を確認できるものを医療機関で提示してください。 |

### ◆インフルエンザ予防接種実施医療機関一覧 ★は65歳未満の方のみ受診可

| 医療機関名           | 所在地 | 電話番号      | 医療機関名      | 所在地 | 電話番号      | 医療機関名         | 所在地 | 電話番号         | 医療機関名          | 所在地 | 電話番号    |
|-----------------|-----|-----------|------------|-----|-----------|---------------|-----|--------------|----------------|-----|---------|
| 下連雀エリア          |     |           | 角田外科消化器科医院 | 4丁目 | 45-3251～2 | 高水クリニック       | 2丁目 | 76-1232      | 浅野クリニック        | 3丁目 | 46-5512 |
| 鎌田医院            | 1丁目 | 43-4621   | 角田整形外科医院   | 4丁目 | 71-0225   | 石井医院          | 2丁目 | 44-3090      | 高山医院           | 4丁目 | 43-0700 |
| 花岡クリニック         | 1丁目 | 47-8799   | 三鷹病院       | 5丁目 | 47-0800   | 石塚医院          | 2丁目 | 43-8225      | あきやま子どもクリニック ★ | 4丁目 | 70-5777 |
| 下田医院            | 2丁目 | 44-3710   | くぼかわ内科医院   | 6丁目 | 24-7353   | 藤林医院          | 3丁目 | 43-4322      | 松崎整形外科医院       | 4丁目 | 48-3151 |
| 佐竹耳鼻咽喉科気管食道科    | 3丁目 | 43-3273   | みなみうら生協診療所 | 7丁目 | 48-4121   | 岡庭医院          | 3丁目 | 43-8367      | 三鷹医院           | 4丁目 | 47-7775 |
| 村田外科医院          | 3丁目 | 44-8096   | 連雀肛門科      | 7丁目 | 40-6955   | 若林医院          | 4丁目 | 43-0526      | 三鷹中央病院         | 5丁目 | 44-6161 |
| 平嶺医院            | 3丁目 | 43-2838   | 消化器内科クリニック | 7丁目 | 40-6955   | 北野エリア         |     |              | ふれあい診療所        | 5丁目 | 79-1313 |
| 三鷹痛みのクリニック      | 3丁目 | 79-2103   | 野村病院       | 8丁目 | 47-4848   | いりえ内科クリニック    | 4丁目 | 03-5314-3577 | 岩崎医院           | 6丁目 | 44-1535 |
| 片平内科クリニック       | 3丁目 | 79-0271   | 三鷹第一クリニック  | 8丁目 | 46-4141   | まさ整形外科        | 4丁目 | 70-6670      | うちはら内科クリニック    | 7丁目 | 40-6180 |
| みたか中村脳神経外科クリニック | 3丁目 | 40-5070   | 渡辺こどもクリニック | 9丁目 | 41-1550   | きたのこどもクリニック ★ | 4丁目 | 70-4150      | 上原医院           | 9丁目 | 43-0050 |
| 三鷹レディースクリニック ★  | 3丁目 | 70-1150   | 牟礼エリア      |     |           | やまだ循環器内科クリニック | 4丁目 | 76-7720      | 斎藤小児科医院        | 9丁目 | 43-2237 |
| 泉クリニック          | 3丁目 | 71-3772   | 本田医院       | 1丁目 | 43-8310   | 新川エリア         |     |              | 井口エリア          |     |         |
| 小川クリニック         | 3丁目 | 47-4545   | 山本医院       | 2丁目 | 43-6410   | ゆうあいクリニック     | 4丁目 | 41-6611      | ヨシコクリニック       | 1丁目 | 32-5517 |
| 三木クリニック         | 3丁目 | 71-7001   | 牟礼の里クリニック  | 2丁目 | 43-5823   | 新川クリニック       | 5丁目 | 43-0123      | 深大寺エリア         |     |         |
| みたかヘルスケアクリニック   | 3丁目 | 40-0102   | 三鷹台診療所     | 2丁目 | 43-4238   | 新川クリニック       | 5丁目 | 43-0123      | じんだいじクリニック     | 3丁目 | 30-7107 |
| むさし野さいとうクリニック   | 3丁目 | 70-1071   | 林医院        | 5丁目 | 43-7113   | 所澤クリニック       | 6丁目 | 76-6055      | 野崎エリア          |     |         |
| 厚生会病院           | 3丁目 | 46-7851   | むれクリニック    | 6丁目 | 44-1739   | 中原エリア         |     |              | みたか耳鼻咽喉科       | 2丁目 | 34-8722 |
| かんの内科           | 3丁目 | 40-5022   | 横内医院       | 6丁目 | 43-0910   | 本橋医院          | 1丁目 | 03-3307-8137 | 萩原医院           | 2丁目 | 31-1500 |
| 三鷹南口内科          | 3丁目 | 43-2122   | 天神前クリニック   | 7丁目 | 71-8191   | 秋元医院          | 2丁目 | 44-1310      | 野崎医院           | 3丁目 | 31-8373 |
| つちや小児科          | 4丁目 | 40-1488   | しんかわ医院     | 7丁目 | 70-5711   | 篠塚医院          | 4丁目 | 45-6769      | 野崎小児科クリニック     | 3丁目 | 31-8333 |
| 高松メディカルクリニック    | 4丁目 | 70-1035   | くりはら耳鼻咽喉科  | 7丁目 | 79-7738   | 上連雀エリア        |     |              | 大沢エリア          |     |         |
| たきがわクリニック       | 4丁目 | 41-7777   | 井の頭エリア     |     |           | りゅうえいクリニック    | 2丁目 | 40-0218      | 天文台クリニック       | 1丁目 | 30-7929 |
| 武蔵野病院           | 4丁目 | 47-1000～1 | 下川整形外科     | 1丁目 | 43-5933   | 小島内科クリニック     | 2丁目 | 45-1210      | 奥田医院           | 4丁目 | 32-8151 |
|                 |     |           | 笹本医院       | 1丁目 | 44-5802   | 篠原医院          | 2丁目 | 45-1859      | 八幡診療所          | 5丁目 | 31-8092 |

## 乳がん検診（後期）

☎総合保健センター☎46-3254

検査項目は、問診、視診、触診に加え、マンモグラフィー（乳房X線撮影）またはエコー（超音波検査）のいずれかを選択できます。

人 30歳以上で女性の市民（平成21年6月1日以降に受診した方と、無料クーポン券（下記参照）対象者を除く）※妊娠中・授乳中の方は診断が困難なため、授乳が終了してからの受診をお勧めします。

日 受診期間＝12月1日（水）～平成23年3月5日（土）

所 市内協力医療機関 費用 検診後の精密検査などは自己負担

申 10月30日（土）（消印有効）までに、直接またははがきで「〒180-0004新川6-35-28総合保健センター」へ。電子申請サービスHPhttps://www.e-tetsuzuki99.com/tokyo/からも申し込みます（窓口での申し込みは、10月29日（金）まで。電話では申し込みません）。

※申し込み後、11月下旬に対象者へ受診票などを郵送します。受診時にマンモグラフィー・エコーのどちらかを選択し、直接医療機関へ申し込んでください。

### ◆乳がん検診無料クーポン券（女性特有のがん検診推進事業）対象の方

人 平成21年4月2日～平成22年4月1日に満40・45・50・55・60歳になった女性の市民  
対象者へ5月末に「無料クーポン券」と検診手帳を郵送しました。受診期限は平成23年1月31日（月）ですが早めに受診してください。転入、転居などで届いていない方は、総合保健センター☎46-3254へお問い合わせください。

乳がん検診（前期）を申し込んだ方へ

乳がん検診（前期）の受診期限は11月30日（火）です。受診期限が近付くと混雑が予想されますので早めに受診してください。

2010

第4回三鷹市健康づくりウォーキング大会

11月7日（日）

ウォーキングは年齢を問わず、誰でも気軽にできる運動です。今年も野川公園を目指して、住民協議会ごとにウォーキングコースを設定しています。ゴールの野川公園では、体にやさしい健康プログラムや豚汁を用意しています。みんなで歩いて心も身体も元気になりましょう！

☎総合保健センター☎46-3254

◆ゴール地点・野川公園のイベント（雨天中止）

◇午前10時30分～ 5つの健康コーナー

○健康相談・お口の健康相談

○野菜350グラムを体感

○腰痛予防

○スポーツ吹き矢の紹介

○介護予防教室ミニ体験と健康づくり展示

◇午前11時30分～午後0時15分

地域のウォーキング教室でお馴染みの松浦良一先生のストレッチや、体育指導委員協議会による「三鷹体操」を実施します。終了後には、おいしい豚汁をご用意しています。

物 おにぎり、飲み物、はし、豚汁用お椀、シート

申 お住まいの地域の住民協議会窓口（コミュニティセンター）で、申込書に必要事項を記入し、提出

※小学生は保護者同伴、中・高生は保護者が申し込みば、当日同伴なしでも参加できます。

※当日参加の方は、午前10時30分～11時30分に直接野川公園へ。

※雨天時のプログラムは、申し込み時に各コミュニティセンターへご確認ください。