

40歳から
受けましょう！

骨粗しょう症健康診査

問 健康推進課☎内線4213

女性に多い骨粗しょう症を予防するには、できるだけ早いうちに自分の骨の状態を知り、生活習慣を改善することが大切です。自覚症状が表れにくい骨粗しょう症を早期に発見するため、骨の量が減少し始める40歳から定期的に受診しましょう。

◇**健診内容** 1日目＝骨密度測定(腕のX線検査)、2日目＝測定結果の説明と医師・保健師・看護師・管理栄養士による事後指導

📅 平成30年1月12日(金)午後1時～3時の指定された時間、1月30日(火)午後1時30分～3時

👤 30年3月31日までに満40・45・50・55・60・65・70歳になる女性で、両日参加できる市民90人(骨粗しょう症で通院中または過去に診断された方、妊娠中の方を除く)

📍 1日目＝三鷹市公会堂さんさん館、2日目＝総合保健センター

📞 12月11日(月)(消印有効)までに直接またははがきで必要事項(11面参照)・生年月日を「〒181-0004新川6-37-1総合保健センター」へ。 電子申請サービス [HP](http://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo/)http://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo/からの申し込みも可(申込多数の場合は抽選)

市民
健康講座

「骨折するリスクを
調べてみませんか？」

問 健康推進課☎内線4222

WHO(世界保健機関)が公表している骨折のリスクを評価する指標(フラックス)を用いて、これから10年以内に骨粗しょう症によって骨折する確率を簡単な質問で算出します。リスクを知り、生活習慣を見直すきっかけとしましょう。

📅 平成30年1月26日(金)午後1時30分～3時10分(1時15分から受付)

👤 50～74歳の市民40人 [所](#) 総合保健センター

🗣️ 品沢整形外科院長の品沢聡さん、管理栄養士の鈴木明子さん

📋 筆記用具、飲み物、動きやすい服装

📞 12月4日(月)～11日(月)に直接または電話、ファクスで同課☎内線4222・[FAX](#) 46-4827へ(申込多数の場合は抽選。当選者のみ12月19日(火)までに通知)

高齢者のインフルエンザ予防接種費用を一部公費負担します

問 総合保健センター☎46-3254

流行する前の接種が効果的です。希望する方は年内の接種をお勧めします。

📅 平成30年1月31日(火)まで

👤 接種当日、①満65歳以上の市民、②60歳以上65歳未満の市民で、心臓・腎臓・呼吸器の機能に自己の身の辺の日常生活活動が極度に制限される程度の障がいや、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいがある方

📍 市内協力医療機関(下表)

※武蔵野市、調布市、小金井市、杉並区、世田谷区の協力医療機関でも接種できます(杉並区・世田谷区で接種の場合は、同センターで発行する予診票が必要です)。

👤 自己負担金2,500円(助成は年1回のみ。医療機関で支払い)

📞 事前に医療機関に連絡のうえ、健康保険証など年齢や住所を確認できるものを持参し、所定の予診票に必要事項を記入して接種を受けてください(接種前の検温や診察の結果により、接種できない場合があります)

※生活保護受給世帯・中国残留邦人等支援給付受給世帯の方は、自己負担金が免除されます。生活福祉課(市役所2階21番窓口)で交付する予診票(免除用)と受給証明書を医療機関へお持ちください。

下連雀エリア

協力医療機関	住 所	電話番号
吉祥寺通り花岡クリニック	下連雀1-9-24	47-8799
井の頭公園前ヒフ科	下連雀1-12-5	79-4067
鎌田医院	下連雀1-30-12	43-4621
下田医院	下連雀2-18-1	44-3710
ムラタ胃腸内視鏡クリニック	下連雀3-2-1 1階	26-8865
村越レディースクリニック	下連雀3-7-28	29-8225
三鷹南口内科	下連雀3-7-29 レジデンス三鷹1階	43-2122
佐竹耳鼻咽喉科 気管食道内科医院	下連雀3-14-28	43-3273
サンクリニック三鷹	下連雀3-15-18 KAISER三鷹フロント4階	44-5660
平嶺医院	下連雀3-24-7	43-2838
福代皮フ科クリニック	下連雀3-27-1 三鷹三協ビル4階	72-1730
片平内科クリニック	下連雀3-27-12 4階	79-0271
三鷹痛みのクリニック	下連雀3-27-12 コアパレス常葉11 5階	79-2103
みたか中村脳神経外科 クリニック	下連雀3-34-15 アトラス三鷹レジデンス202	40-5070
小川クリニック	下連雀3-34-22 ライオンズプラザ三鷹駅前201	47-4545
おごう皮ふ科クリニック	下連雀3-34-22 ライオンズプラザ三鷹駅前202	41-1169
三木クリニック	下連雀3-37-8 KMビル101	71-7001
みたかヘルスケア クリニック	下連雀3-38-4 三鷹産業プラザ5階-B	40-0102
むさし野 さいとうクリニック	下連雀3-43-19 グローリオ三鷹101	70-1071
サウスポイント MYクリニック	下連雀3-43-23 サウスポイント三鷹2・3階	46-7851
かんの内科	下連雀3-44-17 エルヴェ三鷹2階	40-5022
角田外科消化器科医院	下連雀4-9-1	45-3251
角田整形外科医院	下連雀4-9-1	71-0225
鳥海産婦人科クリニック	下連雀4-10-29	43-1000
つちや小児科	下連雀4-16-11	40-1488
高松メディカル クリニック	下連雀4-16-12 三鷹第一ビル2階	70-1035
たきがわクリニック	下連雀4-20-15 新生ハイツ1階	41-7777
三鷹病院	下連雀5-1-12	47-0800
今給黎整形外科 クリニック	下連雀6-2-16 アトラス吉祥寺1階	26-5320
くばかわ内科医院	下連雀6-2-16 メディカルコート吉祥寺	24-7353
三鷹の森皮フ・ 形成クリニック	下連雀6-2-16 メディカルコート吉祥寺	70-1205
173総合内科クリニック	下連雀6-8-50 パークスクエア1階	26-5173
みなみうら生協診療所	下連雀7-1-27 オタリ南浦ビル1階	48-4121
あんず訪問クリニック	下連雀7-8-15-101	70-5112
野村病院	下連雀8-3-6	47-4848
三鷹第一クリニック	下連雀8-9-21	46-4141
渡辺こどもクリニック	下連雀9-5-1 泰成マンション1階	41-1550

牟礼・井の頭エリア

協力医療機関	住 所	電話番号
本田医院	牟礼1-12-10	43-8310
山本医院	牟礼2-11-5	43-6410
牟礼高山診療所	牟礼4-2-14	70-4976
むれクリニック	牟礼6-4-8	44-1739
横内医院	牟礼6-6-14	43-0910
天神前クリニック	牟礼7-1-24	71-8191
しんかわ医院	牟礼7-5-14 牟礼クリニックモール2階	70-5711
くりはら耳鼻咽喉科	牟礼7-6-9	79-7738
下川整形外科	井の頭1-24-14	43-5933
笹本医院	井の頭1-31-22	44-5802
慶真整形外科	井の頭2-1-17 石伊ビル22階	79-7600
松川内科クリニック	井の頭2-1-17 三鷹台メディカルセンター2階	70-5525
牟礼の里駅前クリニック	井の頭2-7-9 栗原ビル1階	40-6054
高水クリニック	井の頭2-14-2	76-1232
石井医院	井の頭2-32-37	44-3090
藤林医院	井の頭3-12-15	43-4322
岡庭医院	井の頭3-21-16	43-8367
若林医院	井の頭4-16-10	43-0526

中原・北野・新川・野崎エリア

協力医療機関	住 所	電話番号
鈴木クリニック	中原2-12-26	46-1066
いりえ内科クリニック	北野4-5-30 キューブコート烏山101	03-5314-3577
まさ整形外科	北野4-12-17	70-6670
ゆうあいクリニック	新川4-25-18	41-6611
新川クリニック	新川5-6-21	43-0123
所澤クリニック	新川6-9-6 シンエイビル2階	76-6055
川越内科クリニック	新川6-25-4 メディカルモールクレセント101	24-2231
萩原医院	野崎2-11-16	31-1500
野崎医院	野崎3-18-18	31-8373

上連雀・井口・深大寺・大沢エリア

協力医療機関	住 所	電話番号
小島内科クリニック	上連雀2-4-8	45-1210
篠原医院	上連雀2-9-5	45-1859
浅野クリニック	上連雀3-5-19	46-5512
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 三鷹シティハイツ101	48-3151
三鷹中央病院	上連雀5-23-10	44-6161
うちらは内科クリニック	上連雀7-11-7 1階	40-6180
斎藤小児科医院	上連雀9-41-21	43-2237
ヨシコクリニック	井口1-22-24	32-5517
あかいしクリニック	深大寺2-35-29	39-5941
天文台クリニック	大沢1-17-2	30-7929
長谷川病院	大沢2-20-36	31-8600
奥田医院	大沢4-13-12	32-8151
八幡診療所	大沢5-3-11	31-8092