健康医療

食育講演会 お口の健康は長寿の秘訣！

一生、おいしく食べ、楽しくおしゃべりしたいと思いませんか。お口の衰え(オーラルフレイル)を予防していつまでも元気に過ごしましょう。この講座では、オーラルフレイルについて学び、予防・改善の方法を紹介します。

日1月26日(月)
時午前9時30分～11時30分
場地域振興プラザ4階大会議室
定40人(申込先着順)
講上田 貴之氏(東京歯科大学教授)
申電話、申込フォーム(下記参照)〔12月16日(火)午前9時～〕
限1月16日(金)
先問保健センター ☎378・3421

ご協力ください！適正受診

冬は医療機関を受診する機会が多くなります。休日や夜間に軽症の方が救急医療を受けると緊急性の高い重症の方の処置が遅れることがあります。救急相談センター等を利用し、適切な受診にご協力ください。

なお、休日診療は治癒証明書、登校許可証の発行ができません。

救急か迷う場合は救急相談センターへ

○携帯電話・PHS・プッシュ回線からの場合 ☎#7119
○ダイヤル回線からの場合 救急相談センター ☎042・521・2323
問保健センター ☎378・3421

オーエンス健康プラザ 新年健康福まつり

初泳ぎ・初運動で新年を気持ちよくスタートしましょう。詳細は「オーエンス健康プラザ」Webをご覧ください。

日1月4日(日)
内体組成計測、からだ歪みチェック、スタジオ・プール特別プログラム、水泳25mタイムトライアル福スイマー選び等

新年初泳ぎ 招福水泳教室

新しい年の幕開けに競泳800m日本記録保持者の竹田氏から、健康に泳ぐための美しい泳ぎ方を学びましょう。

対16歳以上で12・5m以上泳げる方
日1月4日(日)
時午前11時～午後0時10分
定20人(申込先着順)
費2200円
申申込フォーム(下記参照)〔12月16日(火)午後6時～〕
場先問オーエンス健康プラザ ☎370・2280

選挙人名簿の登録者数 12月の定時登録

12月1日現在登録資格のある方について、住民基本台帳に基づき、12月1日に定時登録を行いました。

▽選挙人名簿登録者数
○男性＝3万8242人
○女性＝3万9026人
○合計＝7万7268人
問選挙管理委員会事務局

募集しています 第2種会計年度任用職員

詳細は市Web(下記参照)をご覧ください。

▽募集職種 一般事務
▽報酬(時給) 1226円
※交通費別途支給
▽勤務日 週3日程度
▽勤務時間 午前8時45分～午後4時30分
内マイナンバーカード交付や電子証明書の更新等
申第2種会計年度任用職員登録台帳兼履歴書を持参、郵送
先問市民課市民窓口係

利用できません 城山公園・若葉台公園テニスコート

照明LED化工事のため、2月1日(日)～28日(土)は城山公園・若葉台公園テニスコートを利用できません。

問スポーツ推進課スポーツ推進係

LED化工事の日程が変更になりました 若葉台公園多目的広場

12月に予定していた若葉台公園多目的広場の照明LED化工事は、3月に変更となりました。工事期間中は照明が使用できないため、利用時間は午後5時までです。詳細は市Web(下記参照)をご覧ください。

▽工事期間 3月1日(日)～31日(火)
問スポーツ推進課スポーツ推進係

社会福祉協議会

傾聴入門講座 傾聴ってなに？

誰かと話す時に「もっと相手の気持ちを理解したい」と思ったことはありませんか。毎日の会話が楽しくなる傾聴のコツを紹介します。

対市内在住・在勤の方
日2月2日(月)
時午後1時30分～3時30分
場福祉センター介護予防教室
定30人(申込先着順)
費500円
申申込フォーム(下記参照)、電話、ファクス(必要事項○氏名○住所○電話番号)
限1月29日(木)
先問社会福祉協議会ボランティアセンター ☎378・3800、FAX378・4999

シルバー人材センター

会員募集 洋服のリフォーム会員

洋服の直しや仕立て、洋裁全般ができる方を募集しています。ロックミシンの使用もあります。興味のある方は入会説明会に申し込んでください。

日1月13日(火)・15日(木)
時午後1時30分～
申電話
場先問シルバー人材センター ☎377・2212

12月15日～1月1日の休日急病診療所・休日薬局

受付時間＝午前9時～午後5時(詳細は各医療機関にお問い合わせください)
問保健センター ☎378－3421(土・日曜日、祝日＝稲城消防署 ☎377－7119)

日程	医療機関	薬局
12月21日(日)	稲城わかばクリニック(百村) ☎370－0530	優愛薬局(百村) ☎401－5728
12月28日(日)	稲城癒しの森内科クリニック(大丸) ☎379－8880	サンテ薬局大丸店(大丸) ☎379－8156
12月29日(月)	なかお内科クリニック(東長沼) ☎401－5836	アイセイ薬局稲城店(東長沼) ☎370－2131
12月30日(火)	いなぎ駅前クリニック(百村) ☎378－1570	しんわ薬局稲城店(百村) ☎379－8566
	市立病院 ☎377－0931 ※午前8時30分～11時のみ	
12月31日(水)	もりや脳神経クリニック(平尾) ☎350－3885	
1月1日(木・祝)	ひらかた消化器内視鏡クリニック(若葉台) ☎331－1131	ウエルシア稲城若葉台アクロスプラザ店(若葉台) ☎350－6602

※医療機関が変更となる場合があります。最新の情報は市Webをご覧ください。

1月の乳幼児健診等事業

場先問おやこ包括支援センター(保健センター内) ☎378－3434

事業名	対象	実施日	申込方法	申込期限
ふたごの会	多胎出生の乳幼児と保護者、妊婦	1月13日(火)	市Web内申込フォーム	―
母子健康相談(母乳・栄養・育児の個別相談)	未就学児と保護者、妊婦	1月16日(金)		1月14日(水)
妊婦歯科健康診査	妊娠安定期に入った方			
離乳食調理講習会(先着24人)	令和7年8月生まれの方へ個別に通知	1月19日(月)		―
2歳児・2歳6カ月児歯科健康診査(先着20人)	令和5年10～12月 令和5年4～6月生まれ	1月21日(水)		1月19日(月)
低出生体重児(2,500g未満)の1歳児健康診査	令和6年12月、令和7年1月生まれで、病院で経過観察を受けていないお子さん	1月28日(水)	電話	1月27日(火)

※母子健康相談は12月20日(土)から予約受付

1月の健康相談

場先問保健センター ☎378－3421

事業名	実施日	時間	申込期限
保健相談(保健師)	第1火曜日	午前9時30分～11時	前日までの予約
栄養相談(管理栄養士)	第2・3火曜日		

納期限 12月25日(木)

市・都民税(普通徴収)(第4期)
固定資産税・都市計画税(第3期)
国民健康保険税(第6期)
納付忘れにご注意を！
問収納課

ヘルスメーター

RSウイルス母子免疫ワクチン

RSウイルス感染症は乳幼児に多くみられる呼吸器感染症であり、近年は春～夏に流行期を迎えています。2歳までにほぼ100%の乳幼児が感染し、発熱・鼻汁気管支炎・肺炎等の様々な症状が現れます。特に生後6カ月未満は重症化しやすいと言われています。日本では毎年12～14万人の2歳未満の乳幼児がRSウイルス感染症と診断され、約3万人が入院しています。

RSウイルス感染症の治療

RSウイルス感染症の治療は基本的に対症療法となるため、予防が重要です。飛沫感染や接触感染を起こすため、マスクの着用、手洗いの徹底、アルコール製剤による消毒が必要です。重症化リスクが高い早産児や基礎疾患のある乳児には予防的に抗体製剤(シナジス、ベイフォータス)を投与しますが、健常児でも重症化することがあります。ベイフォータスは健常児にも投与できますが、自費のため非常に高額となります。

母子免疫ワクチンの開始

RSウイルス母子免疫ワクチンのアブリスボ筋注用は2024年1月に日本国内で承認されました。母子免疫ワクチンとは妊婦に接種することで母体の体内で病原体に対する抗体を産生し、その抗体が胎児に移行することにより出生後の乳児の感染症を予防するものです。アブリスボ筋注用は妊娠24～36週の妊婦が対象となり、生後6カ月まで乳児のRSウイルス感染症を予防すると言われています。妊娠28週以降でより効果が高い傾向にありますが、一方で投与後2週間以内に出生した場合は抗体の移行が十分ではない可能性もあり、投与する時期については個別にご相談いただくのが良いと思われます。市立病院でも6月より希望者に接種を開始しています。

稲城市医師会 稲城市立病院 中里(なかざと) 紀彦(のりひこ)

就労支援情報

仕事を探している方、資格取得を目指している方等に様々な就労支援情報を発信しています。詳細は市Web内「産業・しごと→就職・労働」をご覧ください。問経済課商工係