

健康だより

これならできる!健康・栄養相談

健診を受けたら健康栄養相談を受けましょう!生活改善のワンポイントが見つかります。管理栄養士・保健師が相談に応じます。

6月28日(金)午前9時10分・9時40分・10時10分・10時40分・11時(相談は各回1時間程度)各10人(申し込み先着順)健診結果の見方と相談。その他健康に関する相談も可
注意健診結果があれば要持参。治療中の方は主治医に相談の上、要連絡
1012092
申問場公式ホームページのインターネット手続きまたは電話で、健康推進課(健康センター)☎(376)9139へ

摂食嚥下機能診療

6月13日(木)午後2時30分~4時30分
☎保険診療の自己負担あり
☎歯科診査など
1002786
持ち物健康保険証、お薬手帳
申問場電話で、健康推進課(健康センター)☎(376)9111へ

第114回多摩センター健康セミナー「一病息災!糖尿病を知って健康で長生きしましょう!~患者さんが語る『糖尿病重症化予防事業で血糖変動と向き合った私の体験談(第2弾)』~」

場ココリアホール(ココリア多摩センター7階)6月6日(木)午後1時30分~2時30分(1時開場)定50人(会場先着順)
備考セミナーの様子は多摩テレビ11chでも放送予定(7月の各日曜日午後4時~5時)
主催多摩セン

ター地区連絡協議会、多摩市医師会、ナー事務局☎(311)2250
多摩市申当日直接会場へ健康セミ

受診相談(救急相談、医療機関案内)

1002731

- 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ます。
- 子供の健康相談室 小児救急相談(東京都) ☎#8000、☎03(5285)8898
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
全国どこからでも、どんな時も医療機関・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。
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
5/26(日)	つるまき八木クリニック	鶴牧5-4-1	(319)3449
6/2(日)	布施川医院	落川1329	(373)5858

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 ☎(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~午後3時 ☎(376)8009

フードドライブ

毎月第2木曜日午後1時~4時
場永山公民館はらっぱ
☎不要食品を回収し、ボランティアセンターへ提供する
持ち物未開封・常温保存で賞味期限が2カ月以上ある食品
主催多摩市消費者団体等連絡会
申当日直接会場へ消費生活センター☎(337)6610

なくそう!受動喫煙!

~吸う人も吸わない人も協力しあえるまちへ~

1002835
健康推進課☎(376)9139・☎(371)1235

喫煙は周囲への思いやりを忘れずに

多摩市受動喫煙防止条例では、市内4駅周辺に定めた重点区域や日中の公園・子どもが利用する施設などの周辺路上を禁煙としています。しかし、どの場所であつてもたばこの煙で苦しむ人がいないよう、周囲への配慮をお願いします。

多摩市受動喫煙パンフレット

こんなご意見が届いています

令和5年度に市民の皆さんから寄せられた受動喫煙に関するご意見は、37件でした。中でも多かったのは、「路上喫煙に困っている」との声でした。路上喫煙者などに対しては、受動喫煙防止重点区域等指導員が市内を巡回し、声かけを実施しています。

知っていますか、COPD

COPD(慢性閉塞性肺疾患)とは、肺の機能が低下する病気です。悪化すると、せき・たん・息切れが強くなり生活にも支障をきたします。最大の原因は喫煙であり、禁煙は症状の悪化を防ぐことに繋がります。

受動喫煙の配慮をしていると回答した人の割合

年度	割合
令和1	90.8
令和3	89.6
令和5	96.4

マナーを守っていただきありがとうございます。 UP

(多摩市政世論調査報告書を基に作成)

令和5年度に市民から寄せられた受動喫煙に関する声

声の内容	割合
路上喫煙について	45.9%
喫煙スポットについて	16.2%
公園の喫煙	10.8%
飲食店・事業者について	10.8%
吸殻のポイ捨て	8.1%
住居ベランダの喫煙	8.1%

禁煙したい方を応援! 禁煙治療費を助成しています

医療機関で受けた禁煙治療費の2分の1を市が助成します。(上限1万円)
医療の力を借りて、チャレンジしてみませんか?
現在、禁煙治療内服薬が出荷停止中のため、ニコチンパッチによる治療が主となっています。治療の詳細は医療機関にご確認ください。

治療前の登録申請はこちらから

みんなの思いやりが大切だニャ