

健康だより

摂食嚥下機能診療

むせたり、食べたり飲み込んだりすることに困難を感じている方を対象に診療を行っています。

毎月第2木曜日午後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 持ち物 健康保険証、お薬手帳 1002786 問 電話で、健康推進課(健康センター) (376)9111へ

これならできる!健康・栄養相談

4月17日(木)午前9時10分・9時40分・10時10分・10時40分・11時(相談は各1時間程度) 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(健診結果があれば要持参) 備考 治療中の方は主治医に相談の上、要連絡 1012092 問 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



市政その他のお知らせ

いのちを守ろう!家具転対策! ~多摩消防署からのお知らせ~

家具類の転倒・落下・移動をしないための対策をして、地震に備えましょう。

家具類の転倒・落下・移動防止対策器具の設置

家具や家電は、つっぱり棒やL型

金具などで壁に固定しましょう。

家具類のレイアウト工夫

家具が倒れたときに出入口や廊下をふさがないように、部屋のレイアウトを工夫しましょう。また、子ども部屋や寝室には低い家具を置き、重い物を下に、軽い物を上に収納すると、家具が倒れにくくなります。

多摩消防署予防課防火査察係 (375)0119

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ています。
- 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 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

子ども準夜診療所(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 原則、15歳以下 問 (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(正午～午後1時を除く)。 受付時間 日曜日・祝日の午前9時～午後3時 問 (376)8009

診療日	医療機関名	所在地	電話番号
3/20(木)	多摩せいせき消化器内視鏡クリニック	関戸1-1-5 ザ・スクエア2階	(400)6580
3/23(日)	大池内科クリニック	東寺方1-2-2 トータルビル2階	(355)7001
3/30(日)	渡辺クリニック	豊ヶ丘5-8-1	(371)3321

子ども準夜診療所(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 原則、15歳以下 問 (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(正午～午後1時を除く)。 受付時間 日曜日・祝日の午前9時～午後3時 問 (376)8009

有料広告

※この広報紙に掲載されている有料広告は市の業務と直接関係ありません。内容は広告主にお問い合わせください

多摩市在住、60歳以上、おしごとをお探しの方へ! 3つの会場で入会説明会開催

桜ヶ丘会場

4/9(水)

《場所》多摩市桜ヶ丘4-40-1

多摩センター会場

4/10(木)

《場所》パルテノン多摩 4F 会議室3・4

永山会場

4/16(水)

《場所》永山公民館 4F 集会室

全日程予約制 各日とも9:30～11:30

入会説明会の会場は、上記からお選びください。



公益社団法人 多摩市シルバー人材センター

お近くの会場にぜひご参加ください。下記までご予約を!

TEL.042-371-3580

※4月入会ご希望の方は、4/2(水)まで

多摩市桜ヶ丘4-40-1

庭木1本から承ります!



お見積り・お問い合わせはお電話もしくは2次元コードから

お客様へのお約束 土日でもOKです トイレはお借りしません お茶はご遠慮します

生垣剪定 長さ1m 高さ2m 通常2,200円を(税込) 先着10名様 1,100円!

1本からのガーデニングサービス 多摩市永山 3-2-1 営業時間 9:00～17:00

0120-61-4128