

# 10月は乳がん月間



乳がんは、日本人女性の9人に1人がかかるといわれている病気です。しかし、早期に発見すれば90%以上の方が治癒が期待できる病気でもあります。

日頃から、自分の乳房の状態を知ることが大切です。併せて2年に1回、定期的に検診を受けましょう。

## 10月16日(日)マンモグラフィサundeー

平日の受診が難しい女性のために、毎年10月の第3日曜日に検診を実施しています(要申込)。費用などの詳細は各医療機関にお問い合わせください。市の乳がん検診受診券・勸奨受診券をお持ちの方は無料で受診できます。

医療機関	住所・電話	定員	実施時間
西東京中央総合病院	芝久保町2-4-19 ☎042-464-1511	37人	午前・午後
佐々総合病院	田無町4-24-15 ☎042-461-8383	54人	午前のみ

## ピンクリボンキャンペーン

時/場 10月18日(火)午前10時～午後3時30分/アスタセンターコート

内 乳がん自己触診法の紹介やリーフレットの配布

※当日に限り、会場にて乳がん・子宮頸がん検診の申込を受付

## 「女性の健康」に関する共催展示

図書館で、「女性の健康」に関連した共催展示を行います。

時/場 10月1日(土)～30日(日)/中央図書館

## 乳がん・子宮頸がん検診 申込受付中

### 乳がん検診

内 問診・視触診・マンモグラフィ検査の併用

対 令和5年3月31日時点で40歳以上の、前年度に市の乳がん検診を受診していない女性 ※11月中旬に受診券をお送りします。

□検診期間 令和5年3月31日(金)まで □申込期間 10月3日(月)～25日(火)(消印有効)

### 子宮頸がん検診

内 問診・内診・視診・細胞診

対 令和5年3月31日時点で20歳以上の、前年度に市の子宮頸がん検診を受診していない女性 ※11月中旬に受診券をお送りします。

□検診期間 令和5年2月28日(火)まで □申込期間 10月3日(月)～25日(火)(消印有効)

### 申込方法(乳がん検診・子宮頸がん検診)

- はがき(5面記入例付) ●電子申請(右記QRコード)
- 窓口(防災・保谷保健福祉総合センター4階健康課、田無庁舎2階保険年金課)



▶健康課 ☎042-438-4021

## お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

### 東京都子育て支援員研修(第3期)

内 保育や子育て支援の分野で従事するうえで必要な知識や技能などを有する「子育て支援員」の養成研修

### □コース

- ①地域保育コース
- ②地域子育て支援コース
- ③放課後児童コース

申 10月3日(月)～17日(月)にオンラインまたは郵送(書留・必着)

※詳細は 問へ

### □募集要項 問のHPから入手可能

※期間中、田無第二庁舎2階幼児教育・保育課、防災・保谷保健福祉センター1階市民課でも配布(配布数に限りあり)

問 ①(公財)東京都福祉保健財団(HPあり) ☎03-3344-8533

②・③(株)東京リーガルマインド(HPあり) ☎03-5913-6225

●その他研修全般…東京福祉保健局少子社会対策部計画課 ☎03-5320-4121

時 10月21日(金)午後2時～3時

場 防災・保谷保健福祉総合センター6階

対 個人事業者・法人

申/問 東村山税務署 ☎042-394-6811

※予約制

※自動音声「2」を選択してください。

※個人事業者の方:内線412、法人の方:内線313

### 西東京創業支援・経営革新相談センターのご案内

#### □西東京創業カフェ

時 10月13日(木)午前10時～11時30分

場 イングビル

内/定 参加者同士の交流・創業支援コーディネーターによる創業に関する基礎知識の情報提供/10人(申込順)

#### 申/問

●西東京創業支援・経営革新相談センター ☎042-461-6611

●西東京商工会 ☎042-461-4573

### 10月の薬湯 ～ラベンダー湯～

□効能 皮脂の分泌を整えて、肌を健やかに保つ

時 10月9日(日)

※小学生以下は入浴無料(保護者同伴)

場 庚申湯・みどり湯・ゆパウザ

問 西東京市公衆浴場会

庚申湯 ☎042-465-0261

### 日常生活の事故を防ごう

つまずいて転んだり、お風呂で溺れたりする事故により、令和3年中に東京消防庁管内で12万3,000人以上の方が救急搬送されており、高齢者が多くなっています。

本人が注意するだけでなく、家族などの周囲の人がしっかり見守り、事故を防ぎましょう。

#### □ころばないために

- 立ち上がるときは近くのものにしっかりとつかまりましょう。
- 照明器具などで明るくして足元の段差に気をつけましょう。

#### □溺れないために

- 入浴する前に家族に知らせましょう。
- 飲酒後や体調が悪いときの入浴はやめましょう。

問 西東京消防署

☎042-421-0119

### 東京都シルバーパスの新規購入

満70歳以上の都民の方は、都内民営バス・都営交通に乗車できるシルバーパスを購入できます。

□有効期限 令和5年9月30日(土)

申 満70歳になる月の初日から最寄りのシルバーパス取り扱いバス営業所へ

※市では発行していません。詳細は 問へ

持 住所・氏名・生年月日が確認できる身分証明書(保険証など)・購入費用

※住民税の課税状況などにより、購入費用が異なり、書類が必要な場合がありますので 問へお問い合わせください。

※有効期限が令和4年9月30日のパスをお持ちの方は、10月中旬に最寄りのシルバーパス発行窓口でお手続きください。

問 (一社)東京バス協会シルバーパス専用電話 ☎03-5308-6950 (平日午前9時～午後5時)

### インボイス制度説明会のお知らせ

令和5年10月1日から始まる消費税の適格請求書等保存方式(インボイス制度)についての説明会です。

## ご存じですか 西東京市子ども条例



西東京市子ども条例は平成30年10月1日に施行されました。児童の権利に関する条約(子どもの権利条約)、そして日本国憲法・児童福祉法などの趣旨を踏まえ、子ども条例を定めました。

子ども条例には、まち全体で子どもの育ちを支える、子どもにやさしい西東京をともにつくっていくことなどが示されています。子どもは、

一人ひとりが人間として、その人格や権利が大切にされます。子どもにとって一番良いことを考えながら、まち全体で子どもの育ちを見守り、支えていく西東京市を目指しています。

※西東京市子ども条例の全文は市HPをご覧ください。

▶子育て支援課 ☎042-439-6645



## 高齢者インフルエンザ予防接種



時 10月1日(土)～令和5年1月31日(火)

場 指定医療機関 ※要予約

対 在住で次のいずれかに該当する方

- 接種日当日に満65歳以上
- 接種日当日に満60～64歳で、心臓、じん臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に身体障害者手帳1級程度の障害がある

□接種回数 期間中1回

¥無料(令和4年度のみ)

持 健康保険証など

詳細は、市報本号と同時配布の「高齢者インフルエンザ予防接種のお知らせ」をご覧ください。

※市外でも接種できる場合があります。お問い合わせください。

▶健康課 ☎042-438-4021

## 高齢者向け スマートフォン体験会&相談会



### ◆体験会

スマートフォンをお使いでない方や操作に不慣れな方が、楽しみながらスマートフォンや各種アプリの活用を体験できる教室形式の体験会です。

時/場

①10月21日(金)午後1時～4時/下保谷福祉会館

②10月25日(火)午後1時～4時/新町福祉会館

対 60歳以上の都民の方(申込多数は抽選)

定 各10人

申 ①は10月14日(金)、②は18日(火)までに、電話・ファクスで希望の日

時・会場・住所(市区町村のみ)・カナ氏名・年代・性別・電話番号・ファクス番号・スマートフォン所持の有無・試用希望の有無を 問へ

### ◆相談会

スマートフォンなどのデジタル機器の活用に関する疑問や不安を解消するための、アドバイザーによる1対1の相談会です。

時 ●10月14日(金)午前10時～午後1時

●10月26日(水)午後1時～4時

場 アスタセンターコート

※当日、直接会場へ

対 スマートフォンなどのデジタル機器の利用に関して疑問や不安のある60歳以上の都民

### □共通

問 東京都スマートフォン普及啓発事業事務局

☎03-5348-2735 (平日午前9時～午後5時)

☎03-5348-2731

✉support@spccconsumer.onmicrosoft.com