

～ 3 月 は 東 京 都 の 自 殺 対 策 強 化 月 間 で す ～
気づいてください！ 体と心の限界サイン

東京都では、自殺の防止などに関する理解を推進するため、3月を東京都自殺対策強化月間として、キャンペーンを実施しています。

問合せ 健康推進課成人保健係 ☎042・497・2076

◆3月特別電話相談

心の悩み相談	54時間特別相談（NPO法人国際ビフレンダーズ東京自殺防止センター） 日時 3月3日(土)午前0時～5日(月)午前6時 問合せ ☎0120・58・9090
	自殺予防いのちの電話（一般社団法人日本いのちの電話連盟） 日時 3月10日(土)午前8時～11日(日)午前8時 問合せ ☎0120・783・556
	東京都自殺相談ダイヤル～こころといのちのほっとライン～（NPO法人メンタルケア協議会） 日時 3月26日(月)～30日(金)（各日24時間対応） 問合せ ☎0570・087478（携帯電話の無料通話やかけ放題プランなどは対象外）
	有終支援いのちの山彦電話―傾聴電話―（NPO法人有終支援いのちの山彦電話） 日時 3月1日(木)～31日(土)正午～午後8時（金曜日のみ午後10時まで） 問合せ ☎03・3842・5311
相債談務	多重債務110番（東京都消費生活総合センター） 日時 3月5日(月)・6日(火)いずれも午前9時～午後5時 問合せ ☎03・3235・1155
自死遺族相談	自死遺族傾聴電話（NPO法人グリーフケア・サポートプラザ） 日時 3月13日(火)～16日(金)いずれも午前10時～午後10時 問合せ ☎03・3796・5453
	自死遺族相談ダイヤル（自死遺族のための電話相談、NPO法人全国自死遺族総合支援センター） 日時 3月17日(土)～19日(月)いずれも午前11時～午後7時 問合せ ☎03・3261・4350

◆こころといのちの講演会「ひきこもりと自殺 いかに対話するか」

対象 都内在住・在勤・在学の方。先着200人
日時 3月14日(水)午後3時～5時（開場は午後2時30分）
場所 東京都庁東京都議会議事堂（新宿区西新宿二丁目）
講師 医学博士・筑波大学医学医療系社会精神保健学教授 斎藤環氏
※詳しくは東京都福祉保健局ホームページ☎http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/iryo/tokyokaigi/rinji_1/kouenkai.htmlへ。
キャンペーン内容の問合せ 東京都保健福祉局保健政策部保健政策課自殺総合対策担当 ☎03・5320・4310

～大気汚染医療費助成制度～

医療券（気管支ぜん息）の更新・制度改正のお知らせ

認定疾病にかかる医療費を助成しています。

有効期間満了後も引き続き助成を受けるためには更新手続きが必要です。有効期間満了の1か月前を目安に市の窓口で手続きをしてください。生年月日が平成9年4月1日以前で有効期間内の医療券をお持ちの方は、有効期間満了までに更新手続きしない場合、資格喪失となり、再度認定を受けられません。

対象 都内に1年（3歳未満は6

か月）以上在住の18歳未満で気管支ぜん息などに罹患しているなど、要件を満たす方

＜制度が改正されます＞

平成30年4月1日から制度改正のため、生年月日が平成9年4月1日以前で有効期間内の医療券をお持ちの方は、一部自己負担が生じます。

問合せ 東京都福祉保健局環境保健衛生課 ☎03・5320・4491、健康推進課母子保健係 ☎042・497・2077

消費生活センター消費生活講座

かずのすけの

美肌コスメ選びの法則

話題の人気ブログ「かずのすけの化粧品評論と美容化学についてのぼやき」でおなじみの美容化学者かずのすけ氏が洗剤・化粧品にまつわる誤った情報や思い込みを化学の視点から解説します。先着40人。

日時 3月16日(金)午後2時～4時

場所 消費生活センター

講師 美容化学者 かずのすけ氏

※保育あり（1歳～未就学児、先着8人。ご希望の方は3月1日から8日までの平日午前9時～午後5時に下記へ）。

申込み・問合せ 3月1日から15日までの平日午前9時～午後5時に直接窓口または電話、市ホームページから電子申請で消費生活センター ☎042・495・6211へ



かずのすけ（本名 西 一総）
日本化粧品検定1級・日本化粧品検定協会公式コスメコンシェルジュ。日本爪肌専門技術者普及推進委員会特別顧問。

有機化学が専門で大学では界面活性剤とたんぱく質（ケラチン）、大学院では化粧品リスクと消費者教育に関わる研究を行う。

現在は研究活動と並行し、サイト運営や化粧品の企画開発、セミナー講師、執筆業などを行っている。

使用済みの油で

石けんと小麦粉のおもちゃ（スクイーズ）を作ろう

使用済みの油で石けんと小麦粉のおもちゃ（スクイーズ）を作って、リサイクルについて学びましょう。

対象 小学生以上。先着10人

日時 3月30日(金)午前10時～11時30分

場所 消費生活センター

費用 300円（材料費）

持ち物 500mlペットボトル（ふた付き）、つぶしていない空き1ℓ牛乳パック、軍手またはゴム手袋、ジャムなどの空き瓶（ふた付き）、マスク、エプロン、タオル、筆記用具

講師 パルシステム東京清瀬委員会 松田規子氏

申込み・問合せ 3月1日から28日までに費用を添えて、直接消費生活センター ☎042・495・6211へ



以前の講座の様子

～申請期限にご注意ください～

年度末（3月）・年度初め（4月）の

清瀬市特定不妊治療医療費助成事業の申請

市に特定不妊治療の申請を予定している方は、東京都特定不妊治療費助成の申請をし、東京都からの決定通知書を必ず持参してください。

平成29年度分の申請期限は、3月30日(金)までです。早めに申請してください。

ただし、平成30年1月～3月に終了した治療について

は、7月31日(火)まで申請が可能です。（4月2日(月)以降に市へ申請される方は、平成30年度の申請として受理します）

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

問合せ 健康推進課母子保健係 ☎042・497・2077

予防接種はお済みですか？

3月1日～7日は子ども予防接種週間です

下表の医療機関・日程で予防接種が受けられます。土曜日の午後や日曜日にも実施している医療機関があります。接種期限の迫っている方（特に麻疹風しん第2期対象者・ジフテリア破傷風の対象者）はこの機会にぜひお受けください。

※実施日時などを確認のうえ、事前にご予約ください（ワクチンの種類によっては入荷状況により接種でき

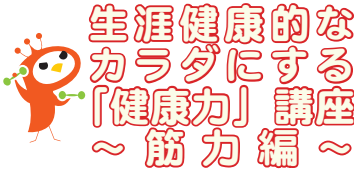
ない場合があります）。

※麻疹風しん第2期対象者（平成23年4月2日～平成24年4月1日生まれ）の方は4月1日から、ジフテリア破傷風対象者（平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれ）は13歳の誕生日から、全額自己負担での接種となります。

問合せ 健康推進課健康推進係 ☎042・497・2075

実施機関（五十音順）	実施日							予防接種種類									
	1日 (木)	2日 (金)	3日 (土)	4日 (日)	5日 (月)	6日 (火)	7日 (水)	四種 混合	ジフテ リア 破傷風	MR 1・2期	日本 脳炎	不活化 ポリオ	ヒブ	小児 肺炎球菌	子宮頸 がん	水痘	B型 肝炎
岩田皮膚科クリニック 松山1-4-20 ☎042・492・7735	○	○	×	×	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○
宇都宮小児科内科クリニック 元町1-8-2 ☎042・491・5556	○	○	午後のみ	×	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○
清瀬旭が丘診療所 旭が丘2-5-4-6 ☎042・491・2214	×	○	午前のみ	×	○	○	○	×	○	○	×	×	×	×	×	○	×
清瀬下宿中央診療所 下宿2-391-7 ☎042・491・2217	○	○	午前のみ	×	○	○	○	○	○	○	×	×	×	×	×	○	○
清瀬リハビリテーション病院 竹丘3-3-33 ☎042・493・6111	○	○	×	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○
杉本医院 元町2-7-1 ☎042・492・1199	○	○	午前のみ	×	○	○	×	○	○	○	×	×	×	×	×	○	×
とみまつ小児科循環器クリニック 元町1-1-14 ☎042・497・3456	×	○	午前のみ	×	○	×	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
花園医院 松山3-5-14 ☎042・491・0315	×	○	午前のみ	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
廣橋小児科・内科医院（※1） 元町1-5-3 ☎042・493・7400	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
宮本医院 松山1-42-6 ☎042・491・0547	×	○	午前のみ	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○
武蔵野総合クリニック（※2） 元町1-8-30 ☎042・496・7015	×	×	×	午前のみ	×	×	×	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○
山本病院 野塩1-328 ☎042・491・0706	×	○	午前のみ	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

※1：不活化ポリオ・子宮頸がん以外は予約不要。※2：ホームページより要予約☎https://www.webyoyaku.jp/6340-group/pc/



筋肉の仕組みを学び、日常生活で筋力を維持・向上するための効果的な方法を習得し、グループ活動での運動実践など、人に伝える力を身につけます。

対象 市内在住で18歳以上の運動グループリーダー、または運動の普及啓発に興味のある方。先着30人

日時 3月18日(日)午後3時～4時30分

場所 アミューホール

講師 パーソナルフィットネストレーナー 岩田諭氏

申込み・問合せ 電話で健康推進課

成人保健係 ☎042・497・2

076へ

