

楽しい夏休みが目の前の今日このごろ。お子さんから休みの計画についていろいろと求められて、苦慮している方も多いのではないかと思います。そこで、夏休み後半の予定のひとつに、調理実習などがあてはまっていますか。

夏はつい炭水化物が多めのさっぱりメニューに偏りがちですね。2学期に向けて食事の内容を見直すきっかけ

栄養改善推進員地区活動

子どもの人気メニュー「ハンバーグ」にひと工夫!

楽しい夏休みが目の前の今日このごろ。お子さんから休みの計画についていろいろと求められて、苦慮している方も多いのではないかと思います。そこで、夏休み後半の予定のひとつに、調理実習などがあてはまっていますか。

夏はつい炭水化物が多めのさっぱりメニューに偏りがちですね。2学期に向けて食事の内容を見直すきっかけ

楽しい夏休みが目の前の今日このごろ。お子さんから休みの計画についていろいろと求められて、苦慮している方も多いのではないかと思います。そこで、夏休み後半の予定のひとつに、調理実習などがあてはまっていますか。

夏はつい炭水化物が多めのさっぱりメニューに偏りがちですね。2学期に向けて食事の内容を見直すきっかけ

こぼれの遅れが気になる
お子さんの相談会

ほかの子とは話ができてのうちに子はまだしゃべらない、こぼれが出ないなどで、悩んでいる方、専門医に相談したい方は、気軽にお越しください。

とき 7月23日(月)午前9時30分~正午

ところ こどもの発達センターひいらぎ(住吉福祉会館内)

相談医師 洲鎌倫子先生(小児神経科)

申込 こどもの発達センターひいらぎ(電話予約)

こどもの発達センターひいらぎ(☎22・9897)

言葉の発達に心配のあるお子さんの言語訓練・言語相談

うまくしゃべれない、ことばがはつきりしないなど、こぼれの発達に心配のあるお子さんの、言語訓練・言語相談の機会を設けました。

とき 7月30日(月)午前9時~正午(1人20分程度)

ところ 教育相談課(保谷庁舎4階)

対象 5歳から12歳くらいまで

相談指導 長浜ヒサ先生(言語訓練士)

申込 7月25日(水)までに教育相談課に電話で予約

教育相談課(☎25・4972)

7・8月の休日診療

医療機関(所在地・電話番号)	
7月15日	田無病院 (緑町3-6-1) ☎61-2682
	梅村こども診療所 (南町5-17-2) ☎67-8171
	西東京市休日診療所 (中町1-5-1) ☎64-1311内線2382
20日	西東京中央総合病院 (芝久保町2-4-19) ☎64-1511
	永田外科胃腸科 (南町4-12-6) ☎65-8530
	西東京市休日診療所 (中町1-5-1) ☎64-1311内線2382
22日	佐々総合病院 (田無町4-24-15) ☎61-1535
	鈴木医院 (向台町2-7-3) ☎61-2102
	西東京市休日診療所 (中町1-5-1) ☎64-1311内線2382
29日	田無病院 (緑町3-6-1) ☎61-2682
	がんぼクリニック (芝久保町3-22-17) ☎65-8774
	西東京市休日診療所 (中町1-5-1) ☎64-1311内線2382
8月5日	西東京中央総合病院 (芝久保町2-4-19) ☎64-1511
	花小金井医院 (芝久保町2-22-36) ☎61-3764
	西東京市休日診療所 (中町1-5-1) ☎64-1311内線2382
12日	佐々総合病院 (田無町4-24-15) ☎61-1535
	牧野医院 (芝久保町5-3-3) ☎62-5273
	西東京市休日診療所 (中町1-5-1) ☎64-1311内線2382

7・8月の休日歯科診療

受付時間...午前10時~午後4時

医療機関(所在地・電話番号)	
7月15日	沼澤歯科医院 (田無町4-27-9TK田無ビル2F) ☎65-8841
	宮内歯科医院 (東町3-14-34) ☎22-5457
20日	城歯科クリニック (向台町1-20-9) ☎64-4008
	ウエダ歯科医院 (柳沢2-3-13-105) ☎66-5454
22日	野口歯科医院 (西原町4-3-49) ☎67-3955
	柳橋歯科診療所 (新町1-13-8) ☎0422-52-4768
29日	ニイヤマ歯科 (田無町6-6-31) ☎65-8666
	仲川歯科医院 (ひばりが丘北2-8-15) ☎22-5450
8月5日	沼澤歯科医院 (田無町4-27-9TK田無ビル2F) ☎65-8841
	樋口歯科医院 (保谷町3-11-24) ☎61-0551
12日	小川歯科医院 (南町2-2-7) ☎61-9301
	上宿歯科医院 (泉町1-6-14) ☎61-9506

健康

むし歯予防のための歯科相談
「乳歯を守る」

とき 決まりしだい個別通知します

ところ 母子保健センター、保谷保健福祉総合センター(住所別の地区分けがあります)

対象 1歳6か月児(1歳6か月児歯科健診終了者)・3歳未満の幼児

内容 4歳まで定期的に歯科健診、相談、予防処置(必要に応じて)を行います

申込み 往復はがきに保護者の住所・氏名・電話番号・お子さんの氏名(ふりがな)・生年月日・最後に受けた歯科健診の時期を記入のうえ、〒202 西東京市役所保谷保健福祉総合センター健康推進課(歯科相談担当)へ

健康推進課(☎内線2363)

糖尿病入門講座

食事療法をこれから始める方を対象に、栄養士と保健婦による講座を開催します。

とき 8月3日(金)午前10時~11時30分

ところ 保谷保健福祉総合センター2階健診室

定員 10人(申込順)

申込 8月2日(木)までに電話で予約

健康推進課(☎内線2367)

市民基本健康診査・がん検診の申し込み状況

今年度の健(検)診受け付けを7月1日から行っていきますが、喉頭がん、大腸がんの検診につきましては、定員に達しましたので、申し込みを終了します。

なお、他の健(検)診につきましても定員がありますので、ご希望に添えない場合があります。あらかじめご了承ください。

詳しくは7月1日号の市報をご覧ください。

健康推進課(☎内線2365)

8月の健康

= 乳幼児健康診査 =		= 育児相談 =	
対象年齢	田無会場(母子保健センター) 保谷会場(保谷保健福祉総合センター)	対象年齢	田無会場(母子保健センター) 保谷会場(保谷保健福祉総合センター)
3~4か月児	16日(木) 28日(火)	日時	6日、27日(月) 午前9時30分~11時 22日(水) 午前9時~10時30分
1歳6か月児	21日(火) 2日、23日(木)	対象	乳幼児と保護者
3歳児	8日(水) 7日(火)	内容	個別相談(保育・栄養・歯科・家族計画等) 身長・体重測定
問合せ	健康推進課(☎内線2362~2364) 対象者に個別通知します。転入者の方は、事前に連絡をしてください。	持ち物	母子健康手帳
		申込	直接会場へ
		問合せ	健康推進課(☎内線2362~2364)

= 健康・栄養相談、健康体操 =

日時・場所		対象・内容
健康相談	15日(水)午後1時30分~3時 市民相談室(田無庁舎)	医師による相談 市民の方ならどなたでも
栄養相談	8日(水)午前9時~11時 田無総合福祉センター	栄養士による相談 1日定員5人(申込順) 電話予約制
	13日(月)午後1時~3時30分 保谷保健福祉総合センター	
問合せ	健康推進課(☎内線2365~2367)	
8月後半の健康・栄養相談は8月1日号でお知らせします。		

	住吉福祉会館 ☎21-1122	下保谷福祉会館 ☎22-8338	新福祉会館 ☎0422-55-1781	富士町福祉会館 ☎65-9350	ひばりが丘福祉会館 ☎24-0262
健康相談	24日(金) 午後1時30分~2時30分	7日(火) 午後1時30分~2時30分	28日(火) 午後1時30分~2時30分 栄養相談あり	17日(金) 午後1時30分~2時30分	14日(火) 午後1時30分~2時30分
健康体操	7日、21日(火) 午前11時30分	3日、10日、17日、24日(金) 午前11時	6日、13日、20日、27日(月) 午前10時30分	7日、14日、21日、28日(火) 午前10時	3日、10日、17日、24日(金) 午前10時30分
問合せ	健康推進課(☎内線2365~2367)				