

健康

申込・問合せ：健康推進課
(☎64・1311・202)
西東京市役所保谷庁舎
8555

糖尿病入門講座

食事療法をこれから始める方を対象に、栄養士と保健師による講座を開催します。
とき 6月7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

離乳食講習会

簡単にできる離乳食中期・後期食のお話と試食会です。
とき 6月13日(木)午後1時30分~3時
ところ 田無総合福祉センター

入し、5月31日(金)(消印有効)までに「離乳食講習会」係へ
☎内線 2362

高脂血症予防講演会

医師と栄養士による講演です。
とき 6月13日(木)午後1時30分~3時30分
ところ 田無総合福祉センター

高脂血症予防教室

コレステロールをためない生活習慣に！
とき 6月13日・20日・27日、7月4日・11日・18日、10月10日・16日・17日・24日・31日

18歳~39歳の基本健康診査の申し込みを開始します

内容・とき・ところ 尿・血液検査等 7月30日(火)31日(水) 保谷保健福祉総合センター、8月2日(金)・5日(月)・6日(火) 田無総合福祉センター
対象 18歳~39歳の市内在住の方(昭和38年4月1日昭和60年3月31日生まれ)
申込 5月15日号の市報と同時に配布される、平成14年度基本健康診査のご案内を、専用のはがきに必要事項を記入してください。なお、はがきで申し込む場合は、氏名(フリガナ)・性別・生年月日・年齢・住所・電話番号・希望日を記入してください。
申込期間 5月17日(金)~29日(水)(消印有効)7月上旬に受診票等をお送りします。
学校や勤務先等で健康診断を受けている方や、すでに糖尿病・肝臓病等の生活習慣病の治療中の方、また、同様の検査を受けている方は「遠慮ください」。
申し込み多数の場合は、希望日以外の日程でご案内することがあります。
40歳~69歳の基本健康診査については、6月15日号に掲載する予定です。
☎内線 2365~2367

6月の健康

6月前半の健康相談・栄養相談

市民の方ならどなたでも利用できます。
栄養相談
とき・ところ 3日(月)午後1時30分~3時30分
保谷保健福祉総合センター
定員 5人(申込順・電話予約制)
内容 栄養士による相談
健康相談
とき・ところ
4日(火)午後1時30分~2時30分 下保谷福祉会館(☎22・8338)
11日(火)午後1時30分~2時30分 富士町福祉会館(☎65・9350)
2時30分~5時30分 会館(☎24・0262)
21日(金)午後1時30分~2時30分 住吉福祉会館(☎21・1122)
25日(火)午後1時30分~2時30分 新町福祉会館(☎0422・55・1781)
栄養相談あり
28日(金)午後1時30分~2時30分 富士町福祉会館(☎65・9350)
26日(水)

乳幼児健康診査

対象者に個別通知します。転入の方は、事前に連絡をしてください。
田無会場(母子保健センター)
3~4か月児健康診査... 6日・27日(木)
1歳6か月児健康診査... 13日・20日(木)
1歳6か月児健康診査... 11日(火)
3歳児健康診査... 19日(水)
保谷会場(保谷保健福祉総合センター)
3~4か月児健康診査... 6日・27日(木)
1歳6か月児健康診査... 13日・20日(木)
1歳6か月児健康診査... 11日(火)
3歳児健康診査... 19日(水)
(☎内線 2362~2364)

育児相談

母子保健センター
10日(月)午前9時30分~11時
子育てミニ講座、ママと遊ぼう!身近なものを使って、おすわりから歩く前の乳児対象
24日(月)午前9時30分~11時
子育てミニ講座、ヒミツのおやつ!1歳以上対象
保谷保健福祉総合センター
5日(水)午前9時30分~11時
子育てミニ講座、オムツとれるかな? オムツをはずしたいと思ってる方対象
内容 個別相談(保育・栄養・歯科・家族計画等)、身長・体重測定
対象 乳幼児と保護者
持ち物 母子健康手帳・歯科相談は歯ブラシ
育児相談と子育てミニ講座を同時開催しています。
子育てミニ講座は、午前10時~10時40分の2回、自由参加です。気軽に参加ください。
(☎内線 2362~2364)

予防接種

ポリオの予防接種を行います。
田無総合福祉センター
21日(金)・24日(月)午後1時30分~2時20分
保谷保健福祉総合センター
18日(火)・19日(水)午後1時30分~2時20分
対象 生後3か月から9か月未満で、まだポリオ接種を2回済ませていない乳幼児
持ち物 母子健康手帳、予防接種票
本人または家族が突発性発疹、麻疹等のウイルス性疾患にかかり、治ってから4週間以上経過していない場合は、接種することができません。
車の来場は「遠慮ください」。
(☎内線 2361)



歯の衛生月間

歯科講演会

「歯を守っていますか」
口の中の細菌は、むし歯の原因のほかに糖尿病等の全身疾患にも関わりがあります。あなたは大切な歯を守っていますか。一緒に考えましょう。
とき 6月8日(土)午後3時~4時30分

むし歯予防デー

「みなおそう
自分の歯と健康!」
「ご家族そろっておいでください。
とき 6月1日(土)午後1時~3時30分(受け付けは3時まで)
ところ 保谷保健福祉総合センター

5・6月の休日診療

診療時間

病院...午前9時~午後10時
医院...午前9時~午後5時
西東京市休日診療所
(保谷保健福祉総合センター2階)
...午前10時~正午、午後1時~4時、午後5時~9時

Table with 3 columns: Date, Medical Institution (Location, Phone Number), and Contact Info.

~西東京市休日診療所~

上記のすべての休日に診療を行っています。
診療時間...午前10時~正午、午後1時~4時、5時~9時
場所...保谷保健福祉総合センター2階(中町1~5~1 ☎64-1311 内線)

5・6月の休日歯科診療

Table with 3 columns: Date, Medical Institution (Location, Phone Number), and Contact Info.