

健康

申込・問合せ：健康推進課  
 (☎64・13111千202 8555  
 西東京市役所保谷庁舎)

糖尿病講座

とき・ところ 5月7日  
 (金)午前10時～11時30分・  
 保谷保健福祉総合センター  
 対象 食事療法をこれから  
 始める方およびその家族  
 定員 10人(申込順)  
 内容 糖尿病の食事療法  
 講師 管理栄養士、保健師  
 申込 5月6日(木)まで  
 に電話で予約  
 健康推進課(☎☎内線2366)

男性の基本料理教室

健康で自立した生活を送る  
 ために、簡単にできる家庭料  
 理を始めませんか。  
 とき・ところ 5月18日  
 (火) 6月1日(火)  
 8日(火)・田無総合福祉セ  
 ンター  
 対象 男性で料理未経験  
 者、なるべく3日間参加でき  
 る方  
 定員 16人(申込多数の場  
 合は抽選)  
 申込 はがきに住所・氏名  
 (ふりがな)・年齢・電話番号を  
 明記のうえ、5月4日(火)消  
 印有効(までに)男性の基本料  
 理教室(係)  
 健康推進課(☎☎内線2365)

成人歯科健診

歯と歯ぐきの健康チェック  
 をしましょう。  
 受診期間 6月1日(火)  
 ～8月31日(火)  
 対象 18歳以上の市民

申込 はがき1人につき  
 1枚(に氏名・ふりがな)・年齢  
 ・生年月日・性別・住所・電話番  
 号を明記のうえ、5月10日ま  
 で(消印有効)成人歯科健診  
 係へ  
 40歳・50歳・60歳・70歳の節  
 目年齢の方(平成17年3月31  
 日現在)には、歯周疾患検診  
 の受診券を個別にお送りして  
 いますので申込は不要です。  
 受診方法 市から郵送され  
 る受診券をもって、指定歯科  
 医療機関で受診します。  
 健康推進課(☎☎内線2366)

離乳食講習会

とき・ところ 5月12日  
 (水)午後1時20分～3時・  
 田無総合福祉センター  
 対象月齢 6～8か月児  
 定員 20組  
 内容 中期・後期食のお話  
 と試食、歯科のお話  
 申込 往復はがきに住所・  
 氏名(親と子、ふりがな)・乳  
 児の生年月日・電話番号を明  
 記し、4月23日(金)(消印有  
 効)までに「離乳食講習会」  
 係へ  
 健康推進課(☎☎内線2362)

母親学級・両親学級

市内在住の、初めてパパマ  
 マになる方を対象に、母親学  
 級・両親学級を開催します。  
 母親学級(1コース3日間)  
 日程 表1のとおり  
 定員 28人(申込順)  
 申込 電話で  
 両親学級(1コース半日)  
 日程 表2のとおり  
 ところ 保谷保健福祉総合  
 センター  
 定員 25組  
 申込 往復はがきに住所・  
 夫婦の氏名(ふりがな)・生年  
 月日・電話番号・希望日(第  
 三希望まで)・出産予定日・病

表1・母親学級

とき	ところ
5月28日(金) 午後1時～4時10分	保谷保健福祉 総合センター
6月4日(金) 午前10時～午後1時	田無総合福祉 センター
6月11日(金) 午後1時～4時10分	保谷保健福祉 総合センター
6月14日(月) 午後1時～4時10分	保谷保健福祉 総合センター
6月22日(火) 午前10時～午後1時	田無総合福祉 センター
6月28日(月) 午後1時～4時10分	保谷保健福祉 総合センター

表2・両親学級

とき	往復はがき 申込締切
6月12日(土) 午前9時15分～正午	5月12日(水) (消印有効) まで
6月12日(土) 午後1時15分～4時	6月30日(水) (消印有効) まで
7月31日(土) 午前9時15分～正午	
7月31日(土) 午後1時15分～4時	

子宮がん・乳がん検診のお知らせ

子宮がん検診

20歳から受けられます  
 対象 20歳以上で2歳こ  
 の市民(平成16年4月1  
 日～17年3月31日の間に対  
 象年齢になる方)  
 検診期間 6月1日(火)  
 ～8月31日(火)  
 申込方法 はがき(はが  
 きサイズの用紙を封筒に入  
 れたものでも可)に、子  
 宮がん検診希望 氏名  
 (フリガナ) 生年月日  
 年齢 住所 電話  
 番号を明記し、健康推進課  
 に郵送してください。  
 申込締切 5月10日(月)  
 (消印有効)

乳がん検診

40歳からマンモグラフィ  
 (乳房X線撮影)と初検診  
 に変わります  
 対象 40歳以上で2歳こ  
 の女性市民(対象年齢の  
 方に4月15日ごろ「検診の  
 ご案内」を郵送します。通  
 院名・市の母親学級受講の有  
 無を明記し「母子保健係」へ  
 案内チラシは、母子健康手  
 帳に同封のほか、健康推進課  
 健康推進課(☎☎内線2362)

5月の育児相談

育児相談  
 とき・ところ 10日、31  
 日(月)午前9時30分～11時  
 ・母子保健センター 26日  
 (水)午前9時30分～11時・  
 保谷保健福祉総合センター  
 内容 身長、体重測定、個  
 別相談(保育・栄養・家族計画  
 等)実施  
 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  
 申込 当日、直接会場へ  
 子育てミニ講座「歯みがき  
 できるかな?」  
 とき・ところ 31日(月)  
 午前10時20分～11時の2回・  
 母子保健センター  
 対象 1歳4か月頃の幼児  
 ママサロン(電話予約要)  
 とき・ところ 10日(月)  
 午前10時～11時30分・母子保  
 健センター 26日(水)午  
 前10時～11時30分・保谷保健  
 福祉総合センター  
 対象 生後2～3か月の赤  
 ちゃんを持つ保護者の方  
 内容 参加者同士の交流  
 リラクゼーション等  
 体重測定希望の方は、午前  
 9時30分から9時50分まで  
 おいでください  
 4月からコール田無での育  
 児相談は行いません。  
 (☎内線2362～2364)

5月の乳幼児健康診査

対象者に個別通知します。  
 転入の方は、事前に連絡を  
 田無会場(母子保健センタ  
 ー)  
 1 3～4か月児健康診査：13  
 日、27日(木)  
 2 1歳6か月児健康診査：11  
 日、25日(火)  
 3 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、20日(木)  
 1 1歳6か月児健康診査：18  
 日(火)  
 3 3歳児健康診査：12日  
 (水)



5月前半の栄養・健康相談

市民の方ならどなたでも  
 までに電話予約制)  
 内容 栄養士による相談  
 健康相談(心療内科)  
 とき・ところ  
 10日(月)午後1時30分、  
 3時30分・保谷保健福祉総合  
 センター 12日(水)午前  
 9時30分～11時30分・田無総  
 合福祉センター  
 定員 5人(申込順・前日  
 (☎内線2365～2367)

5月の予防接種

ツベルクリン反応検査  
 17日(月)午前9時30分～11  
 時  
 BCG  
 19日(水)午前9時30分～11  
 時または午後1時～2時30分  
 (ツベルクリン反応検査時に  
 指定します)  
 ところ 保谷保健福祉総合  
 センター2階  
 対象 平成16年1月31日ま  
 でに生まれて、まだツベルク  
 リン反応検査・BCG接種を  
 受けていない生後48か月未満  
 のお子さん  
 ・ツベルクリン反応検査後、  
 48時間経過後判定し、反応の  
 陰性者にBCGを1回接種し  
 ます。過去にツベルクリン反  
 応検査によりBCG接種が出  
 来なかった方は、再度ツベル  
 クリン反応検査が必要にな  
 ります。  
 持ち物 母子健康手帳、予  
 診票  
 本人またはご家族が水ぼう  
 そう、麻疹等のウイルス性  
 疾患にかかり、治つてから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  
 ステロイド剤を使用してい  
 る場合、接種できないこと  
 があります  
 会場の都合により、車での  
 来場はご遠慮ください。

4月後半の休日診療

診療時間

病院...午前9時～午後10時  
 医院...午前9時～午後5時

医療機関(所在地・電話番号)	18日	25日	29日
佐々総合病院 (田無町4～24～15 ☎61-1535)	和光医院 (東伏見2～4～10 ☎61-7773)	保谷厚生病院 (栄町1～17～18 ☎24-6640)	小児クリニック・小野 (南町3～22～10 ☎66-0930)
西東京中央総合病院 (芝久保町2～4～19 ☎64-1511)	安部医院 (保谷町3～24～2 ☎61-0781)		

～西東京市休日診療所～

上記の休日の全ての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...西東京市中町分庁舎内  
 (中町1～1～5 ☎24-3331)

4月後半の休日歯科診療

受付時間...午前10時～午後4時

医療機関(所在地・電話番号)	18日	25日	29日
遠藤歯科医院 (田無町2～21～4 ☎61-1100)	中村歯科医院 (保谷町3～6～17 ☎61-2743)	城歯科クリニック (向台町1～20～9 ☎64-4008)	みずた歯科医院 (新町2～2～2 ドムス武蔵野1階 ☎0422-36-1414)
野口歯科医院 (西原町4～3～49 ☎67-3955)	相田歯科医院 (富士町4～5～16 ☎61-1970)		

