健康

健康推進課の電話番号は、代表で☎64・1311です。代表番号をお掛けのうえ、内線番号をお伝えください。申し込みのあて先は（〒202－8555西東京市役所保谷庁舎健康推進課）です。

骨粗しょう症予防教室

～はじめよう！骨元気生活～

▽**とき・内容** 下表参照

▽**ところ** 保谷保健福祉総合センター（田無会場は平成19年1月1日号でご案内します）

▽**対象** 18歳～70歳の女性で、下表日程の2日目までは必ず参加できる方

▽**定員** 110人

※すでに、骨粗しょう症治療中の方はご遠慮ください。

▽**申込** 往復はがきに住所・氏名（ふりがな）・生年月日・年齢・電話番号・保育（ご希望の方・定員5人）を明記し、4月13日(木)（当日消印有効）までに「骨粗しょう症予防教室」係へ郵送

	①18歳～59歳	②60歳～70歳
1日目	骨密度測定、管理栄養士講演 5／16（火）午後1時～4時	
2日目	医師講演、歯科衛生士講演 5／24（水）午後1時～4時	
3日目	運動講座	
	6／5（月） 午後1時30分～4時	5／31（水） 午後1時30分～4時

※3日目は運動習慣のない方など希望者のみです

◆健康推進課（保☎内線2364）

むし歯予防のための歯科相談

「乳歯を守ろう」

市では歯科相談室を開設し、定期的な歯の健診、相談、むし歯の予防処置を行っています。

▽**ところ** 母子保健センター・保谷保健福祉総合センター

※住所別地区分けあり

▽**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** 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** 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明記のうえ、健康推進課「歯科相談担当」へ

※日時が決まりしだい、個別に通知します。

◆健康推進課（保☎内線2362）

からだの動きが気になる子どもの発育相談会

手足や体の動きがちょっと気になる、まだ歩けない等、子どもの発育に不安のある方はお気軽においでください。

▽**とき** 4月20日（木）午前9時30分～正午（予約制）

※毎月第3木曜日です。

▽**ところ** こどもの発達センターひいらぎ（住吉福祉会館1階）

▽**相談員** 三井田さとこさん（理学療法士）

▽**申込** 随時電話で受付

◆こどもの発達センターひいらぎ（☎22・9897）

麻しん・風しんの予防接種が混合ワクチンに変わりました

★平成18年4月1日より、予防接種「麻しん風しん混合ワクチン」2回接種になりました。

・第1期 生後12か月以上24か月未満に1回接種

・第2期 5歳以上7歳未満で小学校就学の1年前から小学校就学の前日までに1回接種

※旧の制度で麻しんまたは風しん予防接種を受けた（またはかかったことがある）お子さんは、新制度対象の年齢にかかわらず対象外となります。

ただし、1歳以上2歳未満のお子さんで麻しんまたは風しん予防接種のどちらかを受けた（またはかかったことがある）がどちらか一方が未接種というお子さんは2歳未満であれば、平成19年3月31日まで経過措置での接種が可能です。

新制度の第1期（平成17年4月1日以前に生まれた1歳以上2歳未満のお子さん）と第2期対象年齢で麻しん・風しんの予防接種を受けたことがなく（またはかかったことがない）、お子さんについては、母子健康手帳をお持ちのうえ、健康推進課の窓口（田無総合福祉センター1階、保谷保健福祉総合センター4階）で新しい予診票を受け取ってからの接種となります。

詳細については、お問い合わせください。

◆健康推進課（保☎内線2361）

4月後半の栄養相談

（☎内線2369）

※市民の方を対象に行います。

■栄養相談

▽**とき** 19日（水）午前9時30分～11時30分

▽**ところ** 田無総合福祉センター

▽**内容** 生活習慣病等（肥満・糖尿病・高脂血症等）の食事について管理栄養士による相談

▽**定員** 5人（申込順・前日までに電話予約）

平成18年度乳がん・子宮がん検診の受付が始まります

検診をご希望の方は、4月1日号広報折込の「平成18年度健康事業ガイド」に掲載されているご案内をお読みのうえ、お申し込みください。

◆健康推進課（保☎内線2361～2362）

平成18年度 第1期の胃がん検診の受付が始まります

～今年度は今回のほか、2期（10月・11月）3期（2月）の実施を予定～

▽**とき・ところ・定員** 別表参照。※検診は午前のみ実施。時間指定はできません。

▽**対象** 30歳以上の市内在住の方。ただし、次の方はご遠慮ください。

①過去1年以内に胃の検査を受けた方 ②胃または十二指腸の切除術を受けられた方 ③胃または十二指腸など消化器の病気で治療中または経過をみている方 ④胃腸の調子が悪い方 ⑤むせやすい方、飲み込む力が弱っている方、肺炎を起こしやすい方 ⑥肺、胸郭の手術後の方、呼吸機能が低下している方 ⑦以前にバリウムを飲んで気分が悪くなったり、検査後バリウムが出なくて困ったことのある方 ⑧腸閉塞またはその疑いのある方 ⑨自分の力で立っていられない方、両手で体重を支えられない方、寝返りに時間がかかる方、寝返りに介助が必要な方 ⑩妊娠中または疑いのある方 ⑪体重が100キログラムを超える方

また、次に該当する方は、検診申込前に、必ず主治医にご相談ください。

①胃ポリープで経過を見ている方 ②外科、泌尿器科、婦人科等でおなかの手術や放射線治療をしたことがある方 ③以前に腸閉塞を起こしたことのある方 ④糖尿病で治療中の方 ⑤就寝時、朝食前後または午前中に薬を服用している方 ⑥授乳中の方（検査後服用する下剤が母乳中に移行する恐れがあるため）

▽**内容** 問診・バリウムによるエックス線検査

▽**申込方法** はがきに、住所・氏名・生年月日・性別・電話番号・受診可能日3日間を明記のうえ、一人1枚で郵送してください。

・個人情報保護の関係で封書によるお申し込みを希望する場合は、はがきサイズの用紙に必要事項記載して送付してください。

・可能日どおりに受診できない場合があります。※定員を超えた場合、10月、2月の検診をご案内する場合があり。

・心臓病や糖尿病等で、時間を指定された内服をしている方は、はがきに記入してください。

・申込をした方には、5月中旬に、受診票・問診票を送付します。

▽**申込受付期間** 4月17日（月）（消印有効）

▽**送付先** 健康推進課へ

◆健康推進課（保☎内線2361）

胃がん検診日程表

	女性（人）	男性（人）	会場
6月	5日(月)…50 6日(火)…50 7日(水)…40 8日(木)…40 9日(金)…30 12日(月)…50 13日(火)…30	5日(月)…50 6日(火)…50 7日(水)…10 8日(木)…10 9日(金)…20 12日(月)…50 13日(火)…20	保谷保健福祉総合センター
6月	14日(水)…50 15日(木)…50 16日(金)…50 19日(月)…30 20日(火)…30 21日(水)…30 24日(土)…30 28日(水)…30 29日(木)…30 30日(金)…30	19日(月)…20 20日(火)…20 21日(水)…20 24日(土)…20 28日(水)…20 29日(木)…20 30日(金)…20	田無総合福祉センター
	女性（人）	男性（人）	会場
7月	3日(月)…30 4日(火)…30 10日(月)…50 11日(火)…50 12日(水)…30 13日(木)…30 14日(金)…30	3日(月)…20 4日(火)…20 10日(月)…50 11日(火)…50 12日(水)…20 13日(木)…20 14日(金)…20	田無総合福祉センター

4月前半の休日診療

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）
2日	佐々総合病院 （田無町4～24～15 ☎61－1535）
2日	大野医院 （柳沢1～4～26 ☎61－8702）
9日	保谷厚生病院 （栄町1～17～18 ☎24－6640）
9日	小児クリニック・小野 （南町3～22～10 ☎66－0930）

～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…西東京市休日診療所（中町1～1～5 ☎24－3331）

※受診の際は、診療科目等についてお問い合わせのうえ、お出かけください。健康保険証、診察代をお持ちください。

4月前半の休日歯科診療

受付時間…午前10時～午後4時

	医療機関（所在地・電話番号）
2日	松川歯科医院（田無町3～9～7 第一不二ホームズ208 ☎65－5881）
2日	松本歯科医院 （保谷町3～3～23 ☎67－9339）
9日	こみね歯科（南町4～4～2プリンスプラザ田無2階 ☎67－3415）
9日	三浦歯科医院（ひばりが丘北4～5～17 ☎22－1870）

地域活動栄養士会メンバー募集

栄養士、管理栄養士の資格を生かし、食のボランティアとして地域の健康づくりを一緒に推進していきませんか。

▽**活動内容** 月1～2回定例会、研修、自主グループの講習会の講師など

▽**会員資格** 市内在住で栄養士・管理栄養士の資格を有し、およそ60歳までの方

▽**申込** 随時、電話で受け付け。

◆健康推進課（保☎内線2369）