





健康イキイキ!

市役所代表電話 ☎464 - 1311

事業名	日時	場所	対象	定員	内容 [※]	申し込み方法 [※]	問い合わせ
胃がん検診(2期)	女性 10月21日(火)・22日(水)・ 23日(木)・24日(金)・25日(土)・ 28日(火)・29日(水)・30日(木)・ 31日(金)	保谷保健福祉 総合センター	30歳以上(平成21年3 月31日現在)の市民の 方で、今年度同様の検 診を受けていない方	検診車1 台につき 55人	問診・バリウムによるエックス線 撮影(検診費用無料) 	申込期間: 8月15日(金)~ 9月3日(水) (消印有効) 受診可能日を3日間選択し、郵便 はがき(はがきサイズの用紙を封 筒に入れたものでも可)で「胃が ん検診担当」まで申し込み (7ページ記入例 [㊦] 参照) 糖尿病など内服薬の都合で、検 診時間に指定がある場合は記入	
	男性 10月24日(金)・25日(土)・ 28日(火)・29日(水)・30日(木)・ 31日(金)						
	女性 11月4日(火)・5日(水)・ 6日(木)・7日(金)・10日(月)・ 11日(火)・12日(水)・13日(木)・ 14日(金)・17日(月)・18日(火)・ 19日(水)	田無総合福祉 センター					
	男性 11月4日(火)・6日(木)・ 10日(月)・11日(火)・14日(金)・ 18日(火)						
<p>◆胃がん検診を受けられない方 肺・胸郭術後(肺一部切除含む)の方、呼吸機能低下の方 むせやすい方、飲み込む力が弱い方、誤飲したことのある方 胃・十二指腸の切除(一部切除を含む)をしたことのある方 胃・十二指腸、大腸など消化器の病気で治療中の方、胃腸の調子 の悪い方 バリウムアレルギーのある方 便秘のひどい方、バリウムで便秘をする方 検診時(立位、寝返りなど)介助の必要な方、時間のかかる方 妊娠中の方または可能性のある方 体重100kgを超える方 当日、体調の悪い方、問診で不適と判断された方ならびに前日午 後10時以降に食事・水分摂取をした方</p>		<p>◆申込前に主治医に相談が必要な方 胃ポリープのある方 今までに虫垂炎、帝王切開などおなかの手術をしたことのある方や腸閉そくをおこ したことがある方。とくに、以下の方は主治医にバリウム検査を受けることについて ご確認ください。 腹部に放射線治療をしたことのある方 おなかの手術後、初めてバリウム検査を受ける方 術後おなかの張ったり、痛みのある方 術後便秘がちな方 腸閉そくをおこしたことのある方 高血圧、糖尿病など定期的な内服や注射治療をしている方 服薬の時間がずれたり、朝食を抜くことで体調を崩す方がいます。検診 を受ける際の服薬方法や飲食制限時の注意事項を確認してください。</p>		健康年金課 成人保健係 ☎438 - 4021			
糖尿病講座	9月12日(金) 午前10時~11時30分	保谷保健福祉 総合センター	糖尿病もしくは境界域 で食事療法をこれから 始める方および家族	10人 (申込順)	糖尿病の基礎知識、食事のとり方 に関するお話 講師: 保健師、管理栄養士	前日までに電話予約	
栄養相談	9月17日(水) 午前9時~正午	田無総合福祉 センター	生活習慣病について栄 養相談を希望する方	各日5人 (申込順)	生活習慣病 肥満・糖尿病・高血 圧・脂質異常症など)について管 理栄養士による相談	9月12日(金)までに電話予約	
	9月29日(月) 午後1時~4時	保谷保健福祉 総合センター				9月26日(金)までに電話予約	
西東京市 肝炎ウイルス 検診	10月31日(金)まで	市内指定医療機関 (一覧を受診券と 同封)	40歳以上の方で過去に 肝炎ウイルス検診を受 診されたことのない方	-	血液検査(B型肝炎ウイルス、C 型肝炎ウイルス)	健康年金課成人保健係までお問い 合わせください。 (40歳以上の方で、市が行う特定 健康診査・一般健康診査を受診さ れる方は、健康診査と同時に実施 できますので、あらためて申し込 みは不要)	
東京都 肝炎ウイルス 検診	通年実施 (実施機関の指定日)	多摩小平保健所・ 多摩地区保健所お よび東京都の指定 する医療機関(一 覧を受診券と同 封)	肝炎ウイルス検診の受 診機会がない方 治療および出産など により肝炎ウイルスに感 染している可能性がある 方	-	血液検査(B型肝炎ウイルス、C 型肝炎ウイルス) ・この検診は都で実施する検診です。 検診結果は、検診後の保健指導実 施の目的で、都へ提供されます。検診 の結果が陽性だった場合は、保健所 の保健担当者より医療などに関する 保健相談を行います。		
ファミリー (両親)学級 3日間コース	【1日目】 10月14日(火) 午前10時~午後1時	保谷保健福祉 総合センター	初めて父親・母親にな る市内在住の方で、対 象出産予定日が2月1 日~3月5日(めやす)の方 妊婦のみでの参加も可 1・2日目は妊婦、 3日目は父親中心の内 容。	28組 (申し込 み多数 の場合 は抽選)	妊娠中の生活と健康(助産師の話、 体操、歯の健康) 【持ち物】母子健康手帳、筆記用 具、軽い体操のできる服装、歯ブ ラシ	7ページ記入例 [㊦] を参考にはがき に記入のうえ、子ども家庭支援セ ンター母子保健係「ファミリー学 級担当」まで 申込期間: 9月14日(日)~28日(水) 消 印有効) はがきの内容を便せんなどに記 載し封書による申し込みでも可	
	【2日目】 10月24日(金) 午前10時~午後1時	田無総合福祉 センター			妊娠中の食事の話、クッキング、 試食 【持ち物】母子健康手帳、筆記用 具、エプロン、三角巾、テキスト (1回目に配布)		
	【3日目】 10月31日(金) 午前10時~午後1時	保谷保健福祉 総合センター			赤ちゃんのいる生活(世話の仕方、 母乳など)父親の役割、育児参加 方法【持ち物】母子健康手帳、筆 記用具、テキスト(1回目に配布)		
3~4か月児 健康診査	9月4日(水)・25日(水) 9月18日(水)	保谷保健福祉 総合センター 母子保健センター	個別に通知	-	集団指導、問診、身体計測、診察、 希望の方に個別相談 図書館と共催で「絵本と子育て 事業」を実施し絵本のプレゼント も行なっています	子ども家庭 支援センター 母子保健係 ☎438 - 4037	
1歳6か月児 歯科健康診 査・保育相談	9月16日(火) 9月30日(火)	母子保健センター 保谷保健福祉 総合センター	個別に通知		歯科健診、歯みがき相談、希望の 方に個別相談 医科については医療機関での受 診となります。詳細は個別通知を ご覧ください。		対象者に個別通知。 転入の方は事前にご連絡くださ い。
3歳児 健康診査	9月3日(水)・24日(水) 9月10日(水)	保谷保健福祉 総合センター 母子保健センター		-	集団指導、問診、尿検査、視力検 査、身体測定、診察(内科・歯科) 希望の方に個別相談		
育児相談	9月2日(火) 午前9時30分~11時	母子保健センター	乳幼児と保護者	-	個別相談(育児・遊び方・栄養・ 歯科・母乳・お母さんの健康) 体重・身長計測 持ち物: 母子健康手帳、歯科相談 希望の方は歯ブラシ	当日、直接会場へ	
	9月8日(月) 午前9時30分~11時	保谷保健福祉総合 センター					
子育て講座	9月8日(月) 1回目: 午前10時10分~10時40分 2回目: 午前10時50分~11時20分	保谷保健福祉 総合センター	1歳~2歳6か月ごろ	各回15人	歯科編 『じょうずに食べてるかな』	当日、直接育児相談受付へ 育児相談をご利用の方は、1回 目の講座にご参加ください。	
ことばの発 達・発音など に心配のある 子どもの言語 訓練・相談	9月1日(月) 午後1時30分から	教育相談センター (保谷庁舎4階)	5歳~12歳くらい	12人 (申込順)	お子さんのことばの発達に心配が ある。発音に誤りがあるなど「こ とば」に不安を持つ方のための言 語相談・言語訓練の機会を設けま す。(1人約15分) 指導 長濱ヒサ先生(言語訓練士)	8月28日(水)までに電話で教育相談 センターへ	教育相談 センター ☎425 - 4972