



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	内容など	申し込み方法など	問い合わせ	
一般	<b>糖尿病講座</b>	11月7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	健康年金課 成人保健係 ☎438 - 4021
	<b>栄養相談</b>	11月5日(水) 午前9時～正午 11月17日(月) 午後1時～4時	田無総合福祉センター 保谷保健福祉総合センター	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	11月4日(水)までに電話予約 11月14日(金)までに電話予約	
	<b>健康づくり・リハビリ教室</b>	週2回(月・水曜日)で6か月間	保谷保健福祉総合センター	脳血管疾患や整形外科疾患により心身の機能が低下している40～64歳の方で、改善に向け意欲のある方	-	心身機能の維持向上に必要な訓練、腰痛や膝の痛みを緩和・予防するための訓練など	随時、詳細はお問い合わせください。 参加にあたっては主治医の意見書が必要です。	
女性	<b>妊婦健康診査助成制度の変更(助産院、都外医療機関など、指定医療機関以外で受診した場合も補助の対象となります)</b>	平日の月～金曜日 午前8時30分～午後5時	保谷保健福祉総合センター4階(子ども家庭支援センター母子保健係)	～の全てに該当する方 申請日現在、市民の方 出産時西東京市民で、出産後1年以内の方 平成20年4月1日以降に妊婦健康診査を受診した方で受診日時点で市民だった方 助産院、都外医療機関などで妊婦健康診査を受診し、妊婦健康診査受診票を使用できなかった方	-	妊婦健康診査を受診した際、使用できなかった受診票の健診費用の一部を補助します。(1回目を限度に:1回5,000円、超音波検査(35歳以上の方):5,300円を限度に健診費用の補助をします。) *市以外で交付された妊婦健康診査受診票をお持ちの方は、事前にお問い合わせください。	【出産後1年以内の方】 ～を持参のうえ、母子保健係窓口(保谷保健福祉総合センター4階)に来所ください。 使用できなかった妊婦健康診査受診票 妊婦健康診査費用の領収証 母子健康手帳(健診受診日が表記されているもの) 産婦の銀行口座番号がわかるもの 印鑑	子ども家庭支援センター 母子保健係 ☎438 - 4037
	<b>母子健康手帳の交付</b>	平日の月～金曜日 午前8時30分～午後5時	保谷保健福祉総合センター4階(子ども家庭支援センター母子保健係)・住吉会館ルピナス(子ども家庭支援センターのどか)・田無庁舎1階(子育て支援課)・各出張所	妊娠された方		初妊婦の方やご相談のある方は、保健師が常駐している保谷保健福祉総合センターにご来所ください。必要な方には妊婦訪問も行っています。	妊娠が医療機関で確認されたら速やかに来所ください。	
子ども	<b>離乳食講習会</b>	11月27日(水) 午後1時15分～3時	田無総合福祉センター	6～8か月児(第1子のみ)	25組	離乳食の進め方、デモンストラーションと試食、歯科のお話	下記記入例のように往復はがきに記入のうえ、子ども家庭支援センター「離乳食講習会担当」まで 申込期間:11月13日(水) (消印有効)	こどもの発達センター ひいらぎ ☎422 - 9897
	<b>赤ちゃん訪問(新生児・産婦訪問)</b>	電話で日程調整をします	ご家庭に助産師または保健師が訪問します	赤ちゃんが生まれたすべてのご家庭	-	赤ちゃんの体重測定、発育・発達状況の確認、授乳相談、お母さんの体調などの相談に応じます。	母と子の健康ファイル(母子健康手帳交付時に配布)に同封の赤ちゃん訪問はがき(出生通知票)を郵送してください。電話でも可。	
	<b>2歳児クラスすくすく相談会</b>	11月19日(水) 午前9時30分～10時30分	保谷保健福祉総合センター	個別に通知(平成18年11月生まれのお子さん) 2歳6か月までの方で希望される方はお問い合わせください。	-	集団の話(心理講話、親子遊び)・身体測定・問診・個別相談(栄養・保育・母乳・心理・歯科)	対象者に個別通知します。 転入の方には事前にご連絡ください。	
	<b>ことばの遅れが気になる子どもの発達相談</b>	各月毎週金曜日 午前9時30分～正午 (予約制)	こどもの発達センターひいらぎ(住吉会館1階)	0歳から就学前までのお子さん	-	ことばの発達の遅れが気になる、ことばが出ないなど、悩んでいる方 相談員:伊東由紀さん(言語聴覚士)	随時電話で受け付けます。	
	<b>からだの動きが気になる子どもの発育相談</b>	毎月第3木曜日 午前9時30分～正午 (予約制)	同上	同上	-	手足や体の動きがちよっと気になる、まだ歩けないなど、子どもの発育に不安のある方 相談員:三井田さとこさん(理学療法士)	同上	
B C G	<b>【訂正】予防接種対象者</b>	10月15日号でお知らせしたBCG予防接種の対象者について、誤りがありましたのでお詫びして訂正します。 ×誤 5月9日～8月12日までに生まれ、まだBCG接種を受けていないお子さん。 ○正 5月13日～8月12日までに生まれ、まだBCG接種を受けていないお子さん。						子ども家庭支援センター 母子保健係 ☎438 - 4037

休日診療	医科(診療科目については、お問い合わせのうえお出かけください。)			歯科	
	診療時間	午前9時～午後10時	午前9時～午後5時	午前10時～正午 午後1時～4時 午後5時～9時	【受付時間】 午前10時～午後4時
2日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎424-6640	指田医院 田無町4-2-11 ☎461-1128	西東京市休日診療所 中町1-1-5 ☎424-3331  上記診療所では、 歯科診療を行って おけません。	新倉歯科医院 芝久保町1-8-2 ☎467-3361	ねま歯科医院 泉町1-11-14 上宿ビル1階 ☎462-4118
3日	西東京中央総合病院 芝久保町2-4-19 ☎464-1511	がんばりクリニック 芝久保町3-30-16 ☎465-8774		堀歯科医院 田無町5-8-10 ライオンズマンション田無第2 ☎466-4182	三國歯科医院 柳沢6-4-3-107 ☎461-0899
9日	田無病院 緑町3-6-1 ☎461-2682	吉川小児科医院 泉町3-1-6 ☎421-5253		松尾歯科医院 柳沢3-2-5 ☎461-8711	かとう歯科医院 住吉町3-8-15 ☎421-4182

**はがき記入例**

往復はがき  
返信用には、住所・氏名を記入。

〒202-8555  
市役所子ども家庭支援センター  
「離乳食講習会」  
担当係行

『離乳食講習会』  
申し込み  
保護者氏名  
お子さんの名前  
(ふりがな)・生年月日  
住所  
日中連絡のつく電話番号  
希望の講習会の日にち

健康保険証、診察代をお持ちください。