



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	健康づくり・リハビリ教室	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。	健康年金課 成人保健係 ☎438 - 4021
	糖尿病講座	12月5日(金) 午前10時~11時30分	田無総合福祉センター	糖尿病もしくは境界線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	12月8日(月) 午後1時~4時 12月10日(水) 午前9時~正午	保谷保健福祉総合センター 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・脂質異常症等)について管理栄養士による相談	12月5日(金)までに電話予約 12月8日(月)までに電話予約	
女性	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)	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(子ども家庭支援センター母子保健係)	~ のすべてに該当する方 申請日現在、市民の方 出産時点で西東京市民である出産後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時点で西東京市民だった方 助産院、都外医療機関等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 なお、都内医療機関で妊婦健康診査を受けていた方は、未使用の受診票をお持ちの場合でも還付は致しません。あらかじめご了承ください。	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:8,500円、2回目以降5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年以内に、下記~ 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)へご来所ください。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(指定医療機関で受診する機会がなくなった以降のもの) 母子健康手帳(健診受診日が標記されているもの) 産婦名義の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	
子ども	離乳食講習会	12月18日(木) 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、デモンストレーションと試食、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:12月4日(木)消印有効	
	赤ちゃん訪問(新生児・産婦訪問)	電話で日程調整します	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全てのご家庭	-	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	母子健康手帳(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	

【訂正】12月ポリオの予定について

11月15日号広報「西東京」でお知らせしましたポリオの日程・会場につきまして誤りがありました。下記のとおりお詫びして訂正いたします。

◆12月11日(木)・12日(金):会場 田無総合福祉センター ◆15日(月)・16日(火):会場 保谷保健福祉総合センター

またすでに、予防接種の個別通知をさせていただいている方につきましては、通知に同封の「平成20年度ポリオ(急性灰白髄炎)予防接種日程(緑色の用紙)」に記載の日程・会場のとおり実施します。あわせてご確認ください。

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
7日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎461-1535	山口医院 田無町7-16-30 ☎462-7578	西東京市休日診療所 中町1-1-5 ☎424-3331	本町歯科 田無町2-9-6 野崎ビル201号 ☎462-4618	ウエダ歯科 柳沢2-3-13-105 ☎466-5454
14日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎424-6640	平井内科小児科 田無町4-17-18 ドミール田無1階 ☎463-4147	上記診療所では、 歯科診療を行っておりません。	みずた歯科医院 新町2-2-2 ドムス武蔵野1階 ☎0422-36-1414	稲富歯科医院 ひばりが丘北3-3-35 ☎423-2084

はがき記入例

¥50

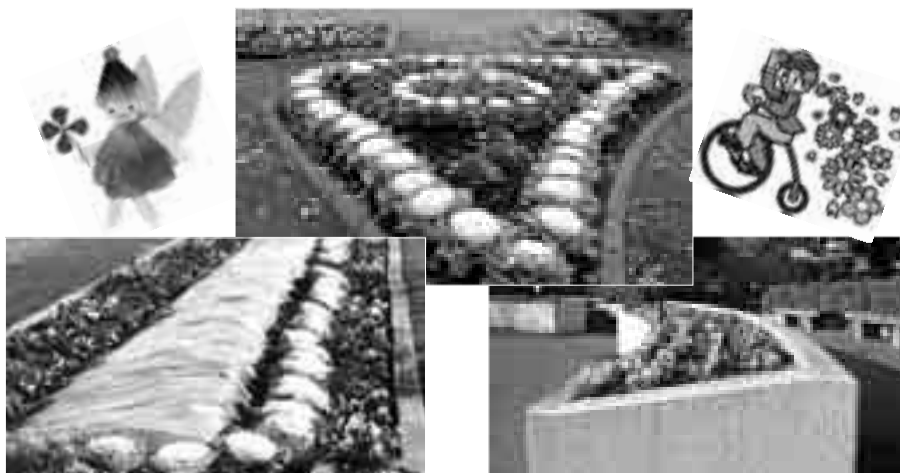
〒202-8555
中町1-5-1
市役所子ども家庭支援センター母子保健係
『離乳食講習会担当』行

『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。

『花いっぱい運動』

市内の公園や駅前広場にある花壇(右表)は、「NPO法人西東京花の会」や「すみれ会」などのボランティアと市との協働によって管理運営されています。四季折々の花を見ながら、憩いと潤いのひと時を体験されてはいかがでしょうか。みどり公園課(保)(☎438-4045)



町名	花植えを行っている公園・児童遊園・広場
北町	青嵐台公園
下保谷	あらやしき公園・下保谷第二ポケットパーク
栄町	南入公園
ひばりが丘	はなみずき公園・中原出張所前
ひばりが丘北	ひばり北わんぱく公園
谷戸町	谷戸せせらぎ公園
住吉町	住吉町第三公園
泉町	泉町つつき公園・泉町第一児童遊園
東町	けやき台児童遊園・東町四丁目児童遊園・文理台公園
中町	市役所前広場(保谷庁舎)
保谷町	えのき児童遊園
西原町	西原五丁目第2公園
富士町	富士町二丁目児童遊園・東伏見駅北口広場
芝久保町	けやき台公園・芝久保第一児童遊園・芝久保第一公園・芝久保バラ園・けやき小学校西門前
田無町	田無四丁目第1公園・田無四丁目第2公園・田無四丁目第3公園
緑町	西東京いこいの森公園
柳沢	ひょうたん島公園・しじゅうから公園
東伏見	千駄山広場・東伏見コミュニティセンター前
向台町	田無市民公園・向台第四児童遊園・向台六丁目第2公園
南町	南町六丁目第1公園・南町六丁目歩道内花壇
新町	新町福祉会館