



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
胃がん検診 (1期)	女性 5月14日(水)・15日(木)・16日(金)・ 19日(月)・20日(火)・21日(水)・22日 (木)・23日(金)・26日(月)	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	検診車 2 台110人用 ただし、5 月22・23・ 26日および 6月5・6 日は1台55 人用	問診・検診車によるバリウムに よるエックス線撮影 (検診費用無料) 【2期】として10月21日(火)~ 11月19日(水)の期間で実施、詳細 は市報8月15日号に掲載	申込期間：3月15 日(土)~4月4日(金) (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 入れたもので可 )で「胃がん検 診担当」まで申し 込み 下記記入例【A】 を参考 内服薬などの都 合で、検診時間 に指定がある場 合は、備考欄に記入	健康年金課 成人保健係 ☎438 - 4021
	男性 5月14日(水)・15日(木)・16日(金)・ 19日(月)・20日(火)・21日(水)						
	女性 5月27日(火)・28日(水)・29日(木)・ 30日(金)・31日(土)	田無総合福祉センター					
	男性 5月27日(火)・28日(水)・29日(木)・ 30日(金)・31日(土)						
<p>◀胃がん検診を受けられない方▶</p> <p>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 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、寝返り等)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 腎臓病などで水分制限を受けている方 過去1年以内に心臓の発作や脳梗塞等の脳血管疾患を発症された方</p>		<p>◀申込前に主治医に相談が必要な方▶</p> <p>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 や腸閉塞を起こしたことのある方 特に、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 ※ 手術後おなかの張ったり、痛みのある方 ※ 手術後便秘がちな方 ※ 腸閉塞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>					
糖尿病講座	4月4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 界域で食事療法を これから始める方 (申込順) および家族	10人	糖尿病の基礎知識、食事のとり 方に関するお話 講師：管理栄養士、保健師	前日までに 電話予約	
栄養相談	4月9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 での栄養相談を希 望するおおむね64 歳以下の方	各日5人 (申込順)	生活習慣病(肥満・糖尿病・高 脂血症等)について管理栄養士 による相談	4月7日(月)までに 電話予約	
	4月21日(月) 午後1時~4時	保谷保健福祉総合センター				4月18日(金)までに 電話予約	
ファミリー (両親)学級 3日間コース	4月4日(金) 午前10時~午後1時	保谷保健福祉総合センター	初めは父親・母親 になる市内在住の 方 妊婦のみでの参 加も可 いずれか1コ ースのみの参加 1日目・2日 目は妊婦、3日 目は父親中心の内容で す	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	下記記入例【B】 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： 【第1コース】 3月18日(火)まで (消印有効) 【第2コース】 3月16日(日)~30日 (日)(消印有効)	子ども家庭 支援センター 母子保健係 ☎438 - 4037
	4月11日(金) 午前10時~午後1時	田無総合福祉センター			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、エプロン、三角巾、テキスト (1回目に配布)		
	4月26日(土) 午前10時~午後1時	保谷保健福祉総合センター			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		
	4月16日(水) 午前10時~午後1時	保谷保健福祉総合センター			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、エプロン、三角巾、テキスト (1回目に配布)		
	4月23日(水) 午前10時~午後1時	田無総合福祉センター			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、エプロン、三角巾、テキスト (1回目に配布)		
	5月9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、母乳等)父親の役割、育児 参加方法等 持ち物：母子健康手帳、筆記用 具、テキスト(1回目に配布)		



はがき記入例

〒202 - 8555  
市役所子ども家庭支援  
センター母子保健係  
『ファミリー(両親)学  
級』または健康年金課  
成人保健係『胃がん検  
診』担当行

A

『胃がん検診申込』  
氏名(ふりがな)  
住所  
性別  
生年月日  
日中連絡のつく電話番号  
受診可能日(3日間)

B

『ファミリー(両親)学級申込』  
参加希望コース  
第1希望・第2希望：  
夫婦ともの氏名(ふりがな)・  
年齢  
住所  
日中連絡のつく電話番号(抽  
選で第1希望にもれた場合のみ  
連絡)  
出産予定日・病院名  
病院などの母親学級参加の有  
無(予定含む)  
パパの参加予定日  
(例)全日程、1日目と3日目、  
3日目のみなど

