



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	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、腰痛やひざの痛みを緩和・予防するための訓練など	詳細はお問い合わせください。参加の際には主治医の意見書が必要になります。	健康年金課 成人保健係 ☎438 - 4021
	糖尿病講座	6月6日(金) 午前10時~11時30分	田無福祉総合センター	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	6月18日(水) 午前9時~正午 6月23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	6月16日(月)までに電話予約 6月20日(金)までに電話予約	
女性	女性の元気! 応援講座(保育付) ~女性のためのからだケア~	7月1日(火) 午後1時30分~3時30分	田無総合福祉センター	市内在住の女性(保育は未就学児に限る)	40人(抽選) 保育は15人	「ちょこっと不調の原因は? 知っておきたい女性のからだバランス」 講師:湯川澄江医師(湯川ウィメンズクリニック・西東京市医師会)・薬膳料理で元気をサポート(講話、試食など)	下記記入例Aを参考に往復はがきで健康年金課「女性の元気! 応援講座」担当まで申込 申込期間: 6月15日(日)~25日(火)(消印有効)	子ども家庭支援センター 母子保健係 ☎438 - 4037
	妊婦健康診査	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)	平成20年3月31日以前に母子健康手帳の交付を受けた方	-	4月1日現在の妊娠週数を基準に 36週以上の方 1回分 20週~35週の方 2回分 20週未満 3回分 5月7日から基準となる妊娠週数を申請時時点から、4月1日現在に変更しました。4月に申請された方で、受診票交付枚数が変更になった方は、すでに通知をしています。 4月から妊婦健康診査の助成が5回分になりました。3月以前に母子健康手帳の交付手続きをした方に受診票の追加交付をしています。	母子健康手帳を持参のうえ、母子保健係窓口に来所ください。 	
子ども	予防接種を受けましょう	下記に該当するお子さんに予防接種のお知らせと予診票を送付しています。 ◆生後2か月になった月末(①・②・③・④) ◆満11歳になった月末(⑤) ◆平成21年4月に小学校に入学されるお子さん平成20年3月末送付済み(⑥) ◆4月に中学1年生になった平成7年4月2日~平成8年4月1日生まれのお子さんには4月1日送付済み(⑦) ◆4月に高校3年生になった平成2年4月2日~平成3年4月1日生まれの方には4月1日送付済み(⑧) 【接種期間・回数】 ①BCGは生後3か月~6か月未満までに1回 ②ポリオは生後3か月~7歳6か月未満までに2回 ③三種混合第1期は生後3か月~7歳6か月未満までに追加も含め4回 ④麻しん風しん混合第1期は満1歳~2歳未満までに1回 ⑤麻しん風しん混合第2期は小学校就学前の1年間に1回(小学校1年生になる前年の4月1日~翌年3月31日までの1年間) ⑥二種混合第2期は満11歳から13歳未満に1回 ⑦麻しん風しん混合第3期は平成20年4月1日~平成21年3月31日までに1回 ⑧麻しん風しん混合第4期は平成20年4月1日~平成21年3月31日までに1回 日本脳炎第1期は生後6か月から標準的な接種は3歳~7歳6か月未満までに追加も含め3回また第2期は9歳から13歳未満までに1回 日本脳炎については平成17年5月30日に厚生労働省から勧奨の中止勧告を受け、対象者への予診票送付は現在していません。接種を希望する場合は、母子健康手帳を持参のうえ母子保健係にお越しください。必要な予診票をお渡します。 予診票送付対象時期後に転入された方または予診票を紛失された方は、母子健康手帳を持参し母子保健係にお越しください。母子健康手帳確認のうえ、必要な予診票をお渡します。 『未満』は誕生日の前々日にあたります。 その他予防接種に関して不明な点がございましたら、事前にご相談ください。						
	離乳食講習会	6月26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組程度	離乳食のすすめ方、デモンストレーション、試食、歯科のお話	下記記入例Bを参考に往復はがきで子ども家庭支援センター「離乳食講習会担当」まで申込 申込期間: 6月12日(木)(消印有効)	

平成20年度歯周疾患検診実施指定医療機関の変更について
4月中旬に対象年齢の方に送付済みの歯科(歯周疾患)検診受診券に記載された実施指定医療機関に変更がありました。カスヤ歯科医院は指定医療機関ではなくなりました。
健康年金課保(☎438 - 4021)

+	休日診療	医科(診療科目などについては、お問い合わせのうえお出かけください。)			歯科	
		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	
1日	田無病院 緑町3-6-1 ☎461-2682	花小金井医院 芝久保町2-22-36 ☎461-3764	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 おりません。	浅野第三歯科診療所 芝久保町2-19-12 ☎468-8714	しまだ歯科医院 ひばりが丘北 3-6-26 ☎422-4618	
8日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎461-1535	田中医院 住吉町6-8-8 ☎423-0020		沼澤歯科医院 田無町4-27-9 TK田無ビル2階 ☎465-8841	篠岡歯科医院 柳沢1-1-5 ☎461-5323	
15日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎424-6640	畑中医院 南町3-22-8 ☎461-3209		中山歯科医院 谷戸町3-27-24 プラザビル209 ☎423-0163	ひかり歯科医院 柳沢3-1-4 ☎468-8849	

健康保険証、診察代をお持ちください。

はがき記入例

郵送先 202-8555坪町1-5-1市役所 課各担当へ
(不明の場合は、各係にお問い合わせください。)

A 往復はがき

『女性の元気! 応援講座申込』
氏名(ふりがな)
生年月日・年齢
住所
日中連絡のつく電話番号
保育希望の有無
保育希望の場合、お子様の名前、生年月日

B 往復はがき

『離乳食講習会申込』
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
希望の日にち