



健康イキイキ!

ぼうしゅ
芒種

6月6日ごろ。
“芒”とは稲科の植物の「のぎ(花の外殻にある突起)」を指し、芒種は、
稲や麦などの種まきによいころ、という意味があります。



カレンダー

はがき記入例

往復はがきで、
〒202-8555
市役所健康課
「離乳食講習会」担当
返信用には、住所・
氏名を記入

☑ 離乳食講習会 申込

離乳食講習会 申込
希望日
住所
保護者氏名
子どもの氏名(ふりがな)
子どもの生年月日
日中連絡がつく電話番号

事業名	日時/場所	対象/定員	内容など	申し込み方法など
健康課保健係 ☎438-4037				
糖尿病講座	6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話 ☎保健師、管理栄養士	前日までに電話予約
今年もメタボ(特定)健診を受けよう! ~メタボリックシンドローム講演会~	6月8日(火)午後1時30分~3時30分 / 田無総合福祉センター	メタボリックシンドロームや生活習慣病が気になる方/50人	メタボリックシンドロームの問題点とその予防法、メタボ健診の意義と受け方について、医師および管理栄養士の話 ☎大湊佳子先生(こみち内科クリニック院長)	当日直接会場へ
一般 栄養相談	6月21日(月)午後1時~4時 / 保谷保健福祉総合センター	市民/各日5人(申込順)	栄養・食生活について管理栄養士による相談	2日前までに電話予約
	6月23日(水)午前9時~正午 / 田無総合福祉センター			3日前までに電話予約
しゃきしゃき体操体験講座~	6月15日(火)午前9時30分~11時30分 / 田無総合福祉センター	市民で立位がとれる方/20人	ストレッチ・しゃきしゃき体操の実技	前日までに電話予約
からだと心の健康相談	6月17日(木)午後1時30分~3時30分 / 田無総合福祉センター	市民/2人(申込順)	生活習慣病や日常生活に関すること、からだや心の気になることについて保健師による健康相談	前日までに電話予約 専用電話(☎438-4087)
子ども 離乳食講習会	7月27日(火)午後1時15分~3時 / 田無総合福祉センター	市内在住の6~8か月のお子さんの保護者(第1子のみ)/25組	離乳食のすすめ方、デモンストレーション、試食、歯科の話	往復はがき(はがき記入例☑参照) 申込期間: 6月25日(金)~7月9日(金)(消印有効)
健康課事業調整係 ☎438-4021				
子ども ポリオ予防接種	6月15日(火)・16日(水) 受付: 午後1時10分~1時50分 / 保谷保健福祉総合センター 6月18日(金)・22日(火) 受付: 午後1時10分~1時50分 / 田無総合福祉センター	生後3か月~90か月未満でまだポリオ接種を2回済ませていないお子さん	【持ち物】母子健康手帳、予診票、荷物をまとめるための袋 授乳は自宅で済ませてからお越しください。 予診票は生後3か月ごろに郵送している「予防接種のお知らせ・予診票綴り」に入っています。	転入などで予診票をお持ちでない方は事前にご連絡ください。
教育支援課教育相談係(教育相談センター) ☎425-4972				
子ども 言語訓練・相談	7月9日(金)午後1時30分 / 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) 定員になりしだい締め切り	子どもの発音に誤りがあるなど「ことば」に心配を持つ方(1人15分程度) 指導: 長濱ヒサ先生(言語訓練士)	7月7日(木)までに電話

休日診療

健康保険証、診察代をお持ちください。

医科(小児科などの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。)

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
6日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎461-1535	がんぼクリニック 芝久保町3-30-16 ☎465-8774	西東京市休日診療所 中町1-1-5 ☎424-3331 歯科診療は行っていません。 受付時間は、各診療終了時間の30分前までです。
13日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎424-6640	山口医院 田無町7-16-30 ☎462-7578	

歯科【受付時間】午前10時~午後4時

6日	しまだ歯科医院 ひばりが丘北3-6-26 ☎422-4618	服部歯科医院 芝久保町3-9-16 ☎463-5245
13日	篠岡歯科医院 柳沢1-1-5 ☎461-5323	こうもと歯科医院 田無町4-24-14 横山ビル2階 ☎462-8413

電話相談

医療相談 (西東京市医師会)	6月1日内科・8日小児科・15日整形外科・22日内科・29日産婦人科 いずれも火曜日 午後1時30分~2時30分 上記の日時以外は、休日診療案内です。	☎438-1100
歯科相談 (西東京市歯科医師会)	6月4日・11日・18日・25日 いずれも金曜日 午後0時30分~1時30分	☎466-2033
からだと心の 電話健康相談	平日午前9時~午後4時(正午~午後1時を除く) 保健師が相談に応じます。	☎438-4087

ガイド

お知らせ

日本脳炎定期予防接種の積極勧奨の再開

厚生労働省から、新ワクチンの開発や安全性の確認ができたことから、第1期の対象者(3歳児~7歳半未満)に対して4月から接種勧奨を再開する通知がありました。

ワクチンの供給量などから、今年度は3歳児に接種勧奨を行うこととなり、当該年度に3歳になるお子さんには、誕生日の月末に市から個別に通知します。すでに3歳に達したお子さんや7歳半未満の接種希望のお子さんは、事前に市内指定医療機関に予約し、接種をしてください。

第2期(9歳以上13歳未満)のお子さんは、現在のところ定期予防接種に使用可能なワクチンがないため公費で行っていません。

健康課 保(☎438-4021)

女性特有のがん検診

対象年齢の方へは、『女性のがん検診手帳』と該当する検診の『無料クーポン券』を6月下旬に発送予定です。

対象年齢は、市報4月1日号と同時配布の『健康事業ガイド』および市HPをご覧ください。

健康課 保(☎438-4037)

1歳6か月児医療・歯科健康診査

対象者(1歳6か月~2歳の誕生日の前々日)に個別通知します。小児科・内科、歯科それぞれ指定医療機関で受診してください。

内科: 問診、身体計測、小児科内科健診、個別相談
歯科: 歯科健診、歯みがき相談

詳細は個別通知をご覧ください。
転入者などは、ご連絡ください。
健康課 保(☎438-4037)

不安があったら相談と検査を

~エイズについての相談と検査は、匿名・無料で受けられます~

【相談】 感染しているのではないかと
いった不安や正しい予防方法が知りたいなど、さまざまな相談に応じます。

東京都エイズ電話相談
(☎03-3292-9090)

月~金曜日午前9時~午後9時
土・日曜日、祝日午後2時~5時

【相談・検査】 HIVは感染しても殆ど
症状がなく、感染しているかどうかは
検査を受けなければわかりません。HIV
検査を受けましょう。

東京都多摩地域検査・相談室(東
東京都多摩立川保健所内)
(☎080-2022-3667)

月~金曜日午前10時~午後4時
検査 毎週土曜日

東京都南新宿検査・相談室
(JR新宿駅南口徒歩3分)

(☎03-3377-0811 予約)

月~金曜日午後3時30分~7時
土・日曜日午後1時~4時30分

多摩小平保健所(☎450-3111)
相談

月~金曜日午前9時~午後5時
検査 予約不要

毎週火曜日午後1時30分~4時30分
東京都感染症対策課

エイズ対策係
(☎03-5320-4487)

