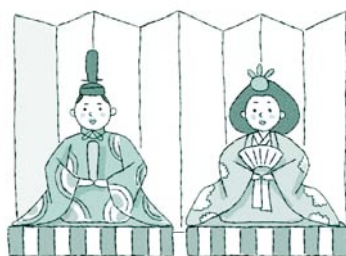




健康ひろば



はがき記入例

【あて先】
〒202-8555 市役所健康課
「各担当」宛て
※返信用には、住所・氏名を
記入

① 往復はがき
「離乳食講習会」
申し込み
② 希望日
③ 住所
④ 保護者氏名
⑤ 子どもの氏名(ふりがな)
⑥ 子どもの生年月日
⑦ 日中連絡がつく電話番号

一般

事業名	日時/場所	対象/定員	申込方法など
◆健康課保健係 ☎042-438-4037			
糖尿病講座 【保健師・管理栄養士による基礎知識・食事の話】	3月8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)	3月7日(木)までに電話予約
栄養相談 【管理栄養士による相談】	3月6日(水)午前9時～正午/ 田無総合福祉センター	市内在住の方/各日5人(申込順)	3月4日(月)までに電話予約
	3月11日(月)午後1時～4時/ 保谷保健福祉総合センター		3月8日(金)までに電話予約
ボディケア講座～ひざ痛予防～ 【理学療法士による、ひざ痛予防に関する話と自宅でできる体操】	3月27日(水)午後3時～4時/ 保谷保健福祉総合センター	市内在住の方/15人(申込順)	3月26日(火)までに電話予約
西東京しゃきしゃき体操パート2講座	3月22日(金)午前10時～11時30分/ 田無総合福祉センター	市内在住・立位がとれる方/20人	3月21日(木)までに電話予約
◆からだと心の健康相談専用電話 ☎042-438-4087			
からだと心の健康相談 【保健師による面談相談】	3月22日(金)午後1時30分～3時30分/ 保谷保健福祉総合センター	市内在住の方/2人(申込順)	3月19日(火)までに電話予約

子ども

事業名	日時/場所	対象/定員	申込方法など
◆健康課保健係 ☎042-438-4037			
離乳食講習会 【離乳食のすすめ方、デモンストレーション、試食、歯科の話】	4月17日(水)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カ月のお子さんの保護者 (第1子のみ)/25組	往復はがき(記入例A参照) 申込期間: 3月15日(金)～28 日(木)(消印有効)

健康ガイド

■母子健康手帳の交付

医療機関で妊娠が確認されたら速やかに
お越しください。

□交付・相談窓口 健康課(保谷保健
福祉総合センター4階)

□交付のみ 子育て支援課(田無庁舎
1階)、子ども家庭支援センターのど
か(住吉会館ルピナス)、各出張所
※なるべく保健師が常駐している健康
課へお越しください。

※紛失等その他お問い合わせは健康課
へご連絡ください。

◆健康課 ☎(☎042-438-4037)

■BCG予防接種について

BCG予防接種については、平成25
年度より法定接種年齢が1歳に至るま
での間にまで引き上げられる予定です。

平成24年度のBCG接種は日程ど
おり行う予定です。

平成25年度日程は、決まり次第、
別途お知らせします。

◆健康課 ☎(☎042-438-4021)

しゃきしゃき笑顔で健康

西東京市健康都市宣言

家族や友人とおしゃべり できる場をもとう

子どもの成長に関する不安、友達関
係などの悩みをお持ちの方やひとり親
家庭の生活上の悩みごとや就業に関す
る相談を行っています。一人で抱え込
まずに誰かに相談しましょう。

※主な相談事業

子供家庭相談、母子相談(「無料市民
相談」も行っています。詳細は市報・
市HPをご覧ください。

◆子育て支援課 ☎
(☎042-460-9840)

◆健康課 ☎(☎042-438-4037)



休日診療

※健康保険証、診察代を
お持ちください。

医 科(受診の際は、小児科など診療科目をお問い合わせの上お出かけください)			
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
3日	田無病院 緑町3-6-1 ☎042-461-2682	整形外科高橋クリニック 南町5-3-12 ☎042-461-8822	休日診療所 中町1-1-5 ☎042-424-3331 ※上記診療所では、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。
10日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎042-461-1535	永田外科胃腸科 南町4-12-6 ☎042-465-8530	
歯 科(受診の際は、お問い合わせの上お出かけください)			
受付時間	午前10時～午後4時		
3日	いのうえ歯科クリニック 下保谷4-14-1 2階 ☎042-423-7660	沼澤歯科医院 田無町4-27-9 TK田無ビル2階 ☎042-465-8841	
10日	畑中歯科医院 東町5-9-3 シャトー本多A号 ☎042-423-8249	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 ☎042-466-4182	

電話相談

医療相談 (西東京市医師会)	火曜日 午後1時30分～2時30分 3月5日眼科、12日整形外科、19日小児科、 26日循環器内科 ※専門の医師が相談に応じます。	☎042-438-1100
歯科相談 (西東京市歯科医師会)	3月1日・8日・15日・22日・29日 いずれも金曜日 午後0時30分～1時30分	☎042-466-2033
からだと心の 電話健康相談	平日午前9時～正午・午後1時～4時 ※保健師が相談に応じます。	健康課保健係 ☎042-438-4087

女性の健康、応援します！

女性の健康週間



厚生労働省では毎年3月1日～8日を「女性の健康週間」と定め、女性の健康づく
りを国民運動として展開することになっています。

市では、女性が自らの健康に目を向け健康づくりを実践できるよう、女性のため
のがん検診(乳がん・子宮がん)や教室など、年間を通して女性の健康支援事業を実
施しています。

□3月は女性の健康週間に伴い、次の講演会を開催します。

ビューティフルエイジ 更年期のこころとからだ

時 3月23日(土)午後1時30分～3時30分
場 田無総合福祉センター
講 湯川澄江先生(湯川ウィメンズク
リニック)
定 30人程度(申込順)
□申込期限 3月19日(火)

子宮がん講演会

時 3月30日(土)午後1時30分～
3時30分
場 田無総合福祉センター
講 畑中諭先生(畑中医院)
定 50人(申込順)
□申込期限 3月26日(火)
※未就学児の保育あり(定15人)

申 いずれも、電話・Eメール・はがきで、講演会名・住所・氏名・年齢・電話番号・
(子宮がん講演会の保育希望の方は、子どもの氏名・生年月日)を明記し、〒202
-8555市役所健康課へ申し込み。(複数人同時申込可)

◆健康課 ☎(☎042-438-4037)・✉seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp)