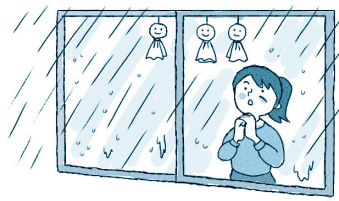




健康ひろば



記入例

【はがき宛先】
〒202-8555市役所健康課
担当宛て

※返信用には、住所・氏名を記入

A) 往復はがき・Eメール

「離乳食講習会」申し込み

- ①希望日
- ②住所
- ③保護者氏名
- ④子どもの氏名(ふりがな)
- ⑤子どもの生年月日
- ⑥日中連絡がつく電話番号

B) はがき・Eメール

「〇〇検診」申し込み

- ①氏名(ふりがな)
- ②住所
- ③電話番号
- ④生年月日
- ⑤希望医療機関名
- ※乳がん検診の方のみ

一般

事業名	日時/場所	対象/定員	申込方法など
◆健康課保(☎042-438-4037)			
西東京しゃきしゃき体操パート2講座 【下肢の筋力・バランス能力の向上に効果がある健康体操】 ※初めての方におすすめです	6月10日(火)午前10時～11時30分/ 保谷保健福祉総合センター 6月27日(金)午前10時～11時30分/ 田無総合福祉センター	市内在住で立位がとれる方/ 各日20人(申込順)	前日までに電話予約 ※市民10人以上で出張講座も実施します (月～金曜日の午前9時～午後5時、会場は ご準備ください)ので、お電話ください。
ボディケア講座～腰痛予防～ 【理学療法士による、腰痛予防に関する話と自宅でできる体操】	6月19日(休)午前10時～11時/ 保谷保健福祉総合センター	市内在住の方/15人(申込順)	前日までに電話予約
糖尿病基礎講座 【保健師・管理栄養士による基礎知識・食事の話】	6月13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)	前日までに電話予約
栄養相談 【管理栄養士による相談】	6月9日(月)午後1時～4時/ 保谷保健福祉総合センター 6月11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)	6月5日(木)までに電話予約 6月6日(金)までに電話予約
からだと心の健康相談 【保健師による面接相談】	6月12日(休)午後1時30分～3時30分/ 田無総合福祉センター	市内在住の方/2人(申込順)	6月9日(月)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(☎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】	7月15日(火)午後1時15分～(2時間程度) /田無総合福祉センター	市内在住の6～8カ月の乳児の保 護者(第1子のみ)/25組	往復はがきまたはEメール(記入例参照) ✉fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期間(消印有効):6月16日(月)～27日(金)
◆教育支援課保(☎042-438-4074)			
ことばの発達・発音などに心配のある子どもの言語訓練・相談 【言語訓練士による相談】	6月13日(金)午後1時30分～5時/ 教育支援課(保谷庁舎4階)	1人15分程度/5～12歳くらい /12人(申込順)	6月2日(月)～11日(休)に電話予約

6月14日(土)は「ダメ。ゼッタイ。」街頭キャンペーン

6月26日は「国際麻薬乱用撲滅デー」です。薬物乱用は、心と体をボロボロにするだけでなく、家族や友人を巻き込み、大切な人生を崩壊させてしまいます。

このたび街頭キャンペーンを実施しますので、薬物を乱用しない社会環境づくりのための啓発活動に、ご理解とご協力をお願いします。

時・場 6月14日(土)

①午後3時・田無駅

②午後3時30分・ひばりが丘駅

主催 東京都薬物乱用防止推進西東京市地区協議会

◆健康課保(☎042-438-4021)

風しん対策抗体検査・予防接種

6月2日(月)から、風しんに対する抗体検査および予防接種を開始します。

□先天性風しん症候群対策の抗体検査(無料)・予防接種(5,500円)*

対 市内在住で19歳以上の妊娠を予定または希望する女性(抗体検査の結果、接種が必要とされた方のみが予防接種の対象)

□2～18歳の風しん予防接種(5,500円)*

対 市内在住の2～18歳の方で、風しん定期予防接種期間中に接種を行わなかった方
※生活保護受給世帯、中国残留邦人世帯などの方は、証明となるものを医療機関に持参すれば、接種費用は無料
詳細は、市HPまたは下記へ。

◆健康課保(☎042-438-4021)

講演会 あなたの長寿プランニング～老いを味方にするには～

長寿国日本の今後の課題の一つに、情報の取捨選択ができる能力の発揮が挙げられています。情報の質を吟味し、「老い」の過程を快く過ごせるプランニングと一緒に考えていきましょう。

時 6月14日(土)午後2時～4時

場 西東京市民会館

講 久保明さん(常葉大学健康科学部教授)

申 当日、直接会場へ

共催 西東京市歯科医師会・西東京市医師会・西東京市薬剤師会

問 西東京市歯科医師会

(☎042-466-2033)

◆健康課保(☎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うえお出掛けください)

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
1日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎042-461-1535	なかやま内科 循環器クリニック 向台町1-19-14 ノープルハイツ向台1階 ☎042-450-7710	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。
8日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	やぎさわ循環器クリニック 保谷町4-5-6野口ビル1階 ☎042-451-5072	

歯科(受診の際は、お問い合わせのうえお出掛けください)

受付時間	午前10時～午後4時	
1日	キンデンタルクリニック ひばりが丘北4-1-32 ピアッツァビル2階 ☎042-423-1470	篠岡歯科医院 柳沢1-1-5 ☎042-461-5323
8日	たきもと歯科医院 東町2-13-18 ☎042-438-3055	三國歯科医院 柳沢6-4-3-107 ☎042-461-0899

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

6月3日 耳鼻咽喉科 10日 精神科 17日 整形外科

☎042-438-1100

24日 循環器内科

※専門の医師が相談に応じます。

歯科相談(西東京市歯科医師会)

金曜日 午後0時30分～1時30分

6月6日・13日・20日・27日

☎042-466-2033

健康ガイド

働く世代の女性支援のためのがん検診推進事業の無料クーポン券を送付しました

◇子宮頸がん検診(無料クーポン券検診)

対 平成25年度に20歳になった方

◇乳がん検診(無料クーポン券検診)

対 平成25年度に40歳になった方

※該当の方で、4月20日以降に転入した方、または6月9日(月)を過ぎても届かない場合は健康課へご連絡ください。

乳がん・子宮頸がん検診追加募集

2期(9・10月申し込み)は混雑が予想されるため、ぜひ今回申し込んでください。

◇乳がん検診

時 平成27年3月31日(火)まで

内 マンモグラフィ検査(乳房レントゲン検査)

対 40歳以上の偶数年齢の女性(平成27年3月31日時点)

◇子宮頸がん検診

時 平成27年2月28日(土)まで

内 子宮頸部細胞診検査

対 20歳以上の偶数年齢の女性(平成27年3月31日時点)

申 6月16日(月)(消印有効)までに、はがき(記入例参照)・市HPの電子申請・窓口(保谷保健福祉総合センター4階健康課・田無庁舎2階保険年金課)で

※乳がん検診は、①西東京中央総合病院 ②佐々総合病院 ③藤原医院 ④複十字病院の中から希望の医療機関名もご記入ください。

※受診方法は申込受付後、7月下旬に送付する受診券をご覧ください。

※各検診の詳細は、下記へ問い合わせるか、市報4月1日号と同時配布した「西東京市健康事業ガイド」または市HPをご覧ください。

◆健康課保(☎042-438-4021)

