



健康ひろば



記入例

【はがき宛先】
〒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

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第〇子
⑦電話番号

B はがき

「〇〇検診」申し込み
①氏名(ふりがな)
②性別
③住所
④生年月日
⑤電話番号
⑥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)			
栄養相談 【管理栄養士による相談】	6月15日(月)午後1時～4時/ 保谷保健福祉総合センター	市内在住の方/各日5人(申込順)	6月11日(休)までに電話予約
	6月17日(水)午前9時～正午/ 田無総合福祉センター		6月12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】	6月18日(木)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
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】 ※初めての方にお勧めです。	6月9日(火)午前10時～11時30分/ 保谷保健福祉総合センター	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 ※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)。
	6月26日(金)午前10時～11時30分/ 田無総合福祉センター		
からだとの健康相談 【保健師による面接相談】	6月10日(水)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5日(金)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(水)午後1時15分から2時間程度/ 田無総合福祉センター	市内在住の6～8カ月の乳児と保 護者(第1子優先)/25組(申込順)	往復はがき、またはEメール(記入例参照) ✉fami-booshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期間(消印有効)：6月15日(月)～26日(金)
◆教育支援課 保(☎042-438-4076)			
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29日(月)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歳ぐらい /10人(申込順)	6月1日(月)午前9時～26日(金)に電話予約

健康ガイド

■在宅訪問歯科健診

歯科医師がご自宅に訪問する形で、歯科健診が受けられます。歯・入れ歯の調子、食事の取り方・飲み込み、お口の手入れなどご相談ください。健診後に治療や精密検査が必要となる場合は、訪問歯科医師に相談できます。

- 時 6月1日(月)～平成28年3月31日(木)
- 内 歯科健診・歯科相談(口の機能や飲み込みを含む)
- 対 市内在住で歯科医院に通院が困難な方
- 申 電話で問へ ※事前に主治医の承諾を得てからお申し込みください。
- 問 西東京市歯科医師会
(☎042-466-2033)
- ◆健康課 保(☎042-438-4037)

■子宮頸がん・乳がんの無料クーポン券検診

5月下旬に無料クーポン券を送付しました。下表に該当する生年月日の方で、4月21日以降に転入した方、または6月8日(月)を過ぎて届かない場合は、下記へご連絡ください。詳細は、西東京市健康事業ガイド・市HPをご覧ください。

□無料クーポン券送付対象者

子宮頸がん	
平成6年4月2日～翌年4月1日	全員
平成4年4月2日～翌年4月1日	未受診者 ※
昭和62年4月2日～翌年4月1日	
昭和57年4月2日～翌年4月1日	
昭和52年4月2日～翌年4月1日	

乳がん	
昭和49年4月2日～翌年4月1日	全員
昭和47年4月2日～翌年4月1日	未受診者 ※
昭和42年4月2日～翌年4月1日	
昭和37年4月2日～翌年4月1日	
昭和32年4月2日～翌年4月1日	

※過去に市の検診も含め、該当する検診の受診歴がない方
◆健康課 保(☎042-438-4037)

■子宮頸がん・乳がん検診追加募集

2期(10月申し込み)の受診期間は短いため、今回の申し込みをお勧めします。

◆子宮頸がん検診

時 平成28年2月29日(月)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28年3月31日時点)

◆乳がん検診

時 平成28年3月31日(木)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28年3月31日時点)

□共通事項

申 6月22日(月)(消印有効)までに、①はがき(記入例参照) ②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) ③電子申請(市HPから) ※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複十字病院から希望の医療機関名を明記してください。
※受診方法は、7月下旬に送付する受診券をご覧ください。
※詳細は、電話で下記へ、または西東京市健康事業ガイド・市HPをご覧ください。
◆健康課 保(☎042-438-4021)

■お口の健康支援室

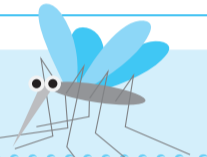
歯磨きが上手にできない、歯医者でお口が開けられなくて診察を受けることが難しい、食事を上手に食べられないなど、子どもを対象としたお口の健康に関する相談室です。

内 歯科健診、歯科保健指導、歯磨き練習、栄養・育児相談
対 1～3歳児

申 電話または往復はがきで、住所・氏名(子どもと保護者)・子どもの生年月日・電話番号・申込理由を添えて、〒202-8555市役所健康課「お口の健康支援室」係へ
※日程を明記して返送します(都合がつかない場合は変更可)。

◆健康課 保(☎042-438-4037)

蚊の発生防止強化月間



◆デング熱とヒトスジシマカ

昨年、約70年ぶりにデング熱の国内発生が確認されました。デング熱の原因となるヒトスジシマカは、小さな水たまりに好んで産卵します。東京都では、蚊の発生が本格化する6月1日～30日を「蚊の発生防止強化月間」と指定しました。デング熱は、発症する場合、3～7日の潜伏期間において突然高熱が出るため、最初はデング熱と思わないかもしれません。その後、頭痛・顔面紅潮・結膜充血を伴い、

発熱が2～7日続きます。有効なワクチンはなく、治療は発症してから痛みや発熱を抑える対症療法が中心です。

□対処方法

- 不要な水たまり(植木鉢の受け皿・空き缶・古タイヤ・じょうろなど)をなくしましょう。
- 草むらや藪は、定期的に手入れをしましょう。
- 長袖の着用や虫除け剤を利用し、刺されないようにしましょう。
- ◆環境保全課(☎042-438-4042)

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
7日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	なかやま内科循環器クリニック 向台町1-19-14 ノーブルハイツ向台1階 ☎042-450-7710	休日診療所 中町1-1-5 ☎042-424-3331 ※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
14日	西東京中央総合病院 芝久保町2-4-19 ※小児科は午後5時まで ☎042-464-1511	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	
7日	浅野歯科医院 ひばりが丘1-3-3 ☎042-421-1868	14日 こうもと歯科医院 田無町4-24-14 横山ビル2階 ☎042-462-8413

電話相談

医療相談(西東京市医師会) ※専門の医師が相談に応じます。

火曜日 午後1時30分～2時30分 ☎042-438-1100
6月2日 耳鼻咽喉科 9日 精神科・心療内科
16日 整形外科 23日 消化器内科

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 ☎042-466-2033
6月5日・12日・19日・26日