



健康ひろば



記入例

【はがき宛先】
〒202-8555市役所健康課
※往復はがきの返信用には、住所・氏名を記入

㊦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

㊧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(申込順)	申込方法 [※]
◆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】 ※初めての方にお勧めです。	6月14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20人	前日までに電話予約 ※7人以上で出張講座も実施します(平日午前9時～午後5時、会場はご用意ください)。
	6月24日(金)午前10時～11時30分 田無総合福祉センター		
栄養相談 【管理栄養士による相談】	6月20日(月)午後1時～2時30分 保谷保健福祉総合センター	市内在住の方/3人程度	6月16日(木)までに電話予約
サンテ ミニ栄養講座 初級 【体重が気になる方のためのバランス食】	6月20日(月)午後3時15分～4時30分頃 保谷保健福祉総合センター	市内在住の方/10人程度	6月16日(木)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16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	前日までに電話予約
からだと心の健康相談 【保健師による面接相談】	6月10日(金)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	6月7日(火)までに電話予約

子ども

事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法 [※]
◆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29日(金)午後1時15分から2時間程度 田無総合福祉センター	市内にお住まいの6～8カ月のお子さんの保護者(第1子優先) 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27日(月)～7月8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29日(水)午後1時30分～5時(1人15分程度) 教育支援課(保谷庁舎4階)	5～12歳ぐらい/10人	6月1日(水)午前9時～27日(月)に電話予約

健康ガイド

◆健康課保(☎042-438-4021)

■子宮頸がん・乳がん検診の勸奨受診券

6月初旬に勸奨受診券を送付します。下表の生年月日に該当する方で、5月17日以降に転入した方、6月15日(水)を過ぎて届かない方はご連絡ください。

□勸奨受診券送付対象者

子宮頸がん	
平成 8年4月1日～翌年3月31日	全員
平成 4年4月1日～翌年3月31日	未受診者 [※]
昭和57年4月1日～翌年3月31日	未受診者
乳がん	
昭和51年4月1日～翌年3月31日	全員
昭和47年4月1日～翌年3月31日	未受診者 [※]
昭和37年4月1日～翌年3月31日	未受診者

※過去に市の検診も含め、該当する検診の受診歴がない方

□子宮頸がん検診

時 平成29年2月28日(火)^{まで}
内・対 子宮頸部細胞診検査・20歳以上の偶数年齢の女性

□乳がん検診

時 平成29年3月31日(金)^{まで}
内・対 マンモグラフィ検査(乳房レントゲン検査)・40歳以上の偶数年齢の女性
申 下記参照 6月23日(木)(消印有効)^{まで}
※乳がん検診は次のうち希望医療機関名を明記 ①西東京中央総合病院 ②佐々総合病院 ③藤原医院 ④武蔵野徳洲会病院 ⑤榎十字病院 ⑥公立昭和病院
※受診方法は、7月下旬に送付する受診券をご覧ください。

■喉頭がん検診 6月1日より受付開始

□検診期間 8月1日(月)～11月30日(水)
対 40歳以上で特にたばこを吸う方
¥ 自己負担600円(今年度^{から})
申 下記参照 6月22日(水)^{まで}(消印有効)
※7月下旬以降、随時受診券を発送
※締切後の随時申込は、7月以降の市報に掲載予定

■子宮頸がん・乳がん検診 追加募集

2期(10月申込)の受診期間は短いため、今回の申込をお勧めします。

□共通事項 対象年齢は平成29年3月31日時点

申 ●はがき(記入例㊦参照) ●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) ●電子申請(市HP(右記QRコード)から)
※いずれも詳細は、西東京市健康事業ガイド・市HPをご覧ください。



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。 毎週火曜日 午後1時30分～2時30分 6月7日 耳鼻咽喉科 14日 精神科・心療内科 21日 整形外科 28日 呼吸器内科 ☎042-438-1100
	歯科相談(西東京市歯科医師会) 毎週金曜日 午後0時30分～1時30分 ☎042-466-2033

6月1日～7日 HIV検査普及週間

HIV検査[※]を無料・匿名で受けることができます

※エイズの原因となるヒト免疫不全ウイルスの感染の有無を調べる検査

□HIVとは 人の体を細菌やウイルスといった病原体から守るのに重要な細胞(Tリンパやマクロファージ^{など})に感染するウイルスのことです。感染力は弱いので日常の社会生活では感染せず、多くは性行為により感染します。
□エイズ(AIDS)とは HIVの感染により引き起こされます。感染したからといって必ず発症するわけではなく、無症状期間が数年続きます。その間に免疫力が低下するため、健康な時にはかからない疾患を発症します。特にカポジ肉腫など指標疾患を発症した場合にエイズと診断されます。
□早期発見が重要 服薬によりウイルスの増殖を抑え、エイズの発症を防ぐ

ことで健康なときとほぼ変わらない生活を送ることができます。早期発見・早期治療につなげるため、これを機に検査を受けてみませんか。
□エイズについて知りたいときは 東京都エイズ電話相談 (☎03-3292-9090)
平日:午前9時～午後9時
土・日曜日、祝日:午後2時～5時
□検査申込および検査実施機関 東京都多摩小平保健所(小平市花小金井1-31-24・☎042-450-3111)
※詳細は、電話または東京都福祉保健局HPでご確認ください。
※都内各保健所などでも検査可
◆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
5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	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}
12日	田無病院 緑町3-6-1 ☎042-461-2682	廣川クリニック 東町4-8-28 JUN西東京市101 ☎042-425-6476	

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	
5日	三國歯科医院 柳沢6-4-3-107 ☎042-461-0899	12日 浅野歯科医院 ひばりが丘1-3-3 ☎042-421-1868