

健康

糖尿病講座

とき 4月14日(金)午前10時~11時30分
ところ 田無総合福祉センター

対象 食事療法をこれから始める方およびその家族

定員 10人(申込順)
内容 糖尿病の食事療法
講師 管理栄養士、保健師

申込 前日までに電話で健康推進課(保内線2366)

離乳食講習会

とき・ところ 4月19日(水)午後1時15分~3時

対象 6~8か月児(第1子のみ)

定員 25組
内容 中期・後期食のお話と試食、歯のお話

申込 往復はがきに住所・氏名親と子・ふりがな・乳児の生年月日・電話番号を明記し、4月5日(水)消印有効

までに〒202-8555中町1-5-1健康推進課「離乳食講習会」係へ
健康推進課(保内線2362)

3月後半の休日診療

診療時間
病院...午前9時~午後10時
医院...午前9時~午後5時

Table with 2 columns: Date and Medical Institution (Location, Phone Number). Rows include 19th, 21st, and 26th.

~西東京市休日診療所~

上記の休日の全ての日に診療を行っています。
診療時間...午前10時~正午、午後1時~4時、5時~9時
場所...西東京市休日診療所(中町1-1-5 2324-3331)

受診の際は、診療科目等についてお問い合わせのうえ、お出かけください。健康保険証、診察代をお持ちください。

3月後半の休日歯科診療

受付時間...午前10時~午後4時

Table with 2 columns: Date and Dental Clinic (Location, Phone Number). Rows include 19th, 21st, and 26th.

4月の予防接種

BCG

とき 4月7日(金)午前9時30分~11時
ところ 田無総合福祉センター
対象 平成17年10月9日から平成18年1月8日までに生まれて、まだBCG接種を受けていないお子さん

ポリオ予防接種

とき・ところ 4月20日(木)・21日(金)午後1時15分~2時・保谷保健福祉総合センター
4月24日(月)・25日(火)午後1時15分~2時・田無総合福祉センター
対象 生後3か月から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

共通の注意事項

本人またはご家族が突発性発疹、麻疹、インフルエンザ等のウイルス性疾患にかかった場合は疾患の種類によって治癒後1~4週間接種できない場合があります。
会場ではお荷物を全て持って移動していただきますので、大きめの袋をご用意ください。
お車でのご来場はご遠慮ください。
健康推進課(保内線2361)

平成18年度「西東京市健康事業ガイド」全戸配布のお知らせ

健康推進課では、4月1日号の市報に平成18年度「西東京市健康事業ガイド」を折りこみます。平成18年度に健康推進課で実施する予防接種、母子健康事業、成人保健事業、休日診療等についての年間予定一覧が掲載されています。ご自身の健康管理のために大切に保管してご利用ください。
健康推進課(保内線2361~2367)

母親学級・両親学級

市在住の、初めてパパ・ママになる方を対象に、母親学級・両親学級を開催します。
母親学級(1コース3日間)
とき・ところ 表1
定員 28人(申込順)

両親学級(1コース半日)

とき 表2
ところ 保谷保健福祉総合センター
定員 28組

申込 往復はがきに住所・夫婦の氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号・希望日(第2希望まで)・出産予定日・病院名・市の母親学級受講の有無を明記し、〒202-8555中町1-5-1健康推進課「両親学級担当」係へ
案内チラシは、母子健康手帳に同封のほか、健康推進課・田無総合福祉センター、田無庁舎市民課、各出張窓口で配布します。
健康推進課(保内線2362)

表1 母親学級

Table with 3 columns: Date/Time, Venue, and Target Audience. Rows include 1st and 2nd sessions.

表2 両親学級

Table with 3 columns: Date/Time, Venue, and Target Audience. Rows include 1st and 2nd sessions.

4月前半の栄養相談

栄養相談
とき・ところ 4月5日(水)午前9時30分~11時30分・田無総合福祉センター
4月10日(月)午後1時30分~3時30分・保谷保健福祉総合センター

申込 往復はがきに住所・夫婦の氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号・希望日(第2希望まで)・出産予定日・病院名・市の母親学級受講の有無を明記し、〒202-8555中町1-5-1健康推進課「両親学級担当」係へ

4月の育児相談

育児相談
とき・ところ 4月17日(月)午前10時~11時30分・母子保健センター
4月24日(月)午前10時~11時30分・保谷保健福祉総合センター

内容 身長・体重測定等
対象 乳幼児と保護者
持ち物 母子健康手帳、歯科相談希望の方は歯ブラシを持参してください

申込 当日、直接会場へ
子育て講座(予約不要)
「はみがきできるかな」
とき・ところ 対象 4月5日(水)午前10時20分と午前11時の2回・保谷保健福祉総合センター・1歳4か月ママサロン(電話予約制)

4月の乳幼児健康診査

対象者に個別通知します。転入の方は、事前に連絡してください。
母子保健センター 3~4か月児健康診査: 4月20日(木) 1歳6か月児健康診査: 4月18日(火)
健康診査: 4月12日(水)
保谷保健福祉総合センター 3~4か月児健康診査: 4月13日・27日(木) 1歳6か月児健康診査: 4月11日・25日(火)
3歳児健康診査: 4月19日(水)

対象 1歳~1歳5か月のお子さんとその保護者
とき・ところ 4月17日

変わる介護保険 シリーズ: 介護保険料

4月から改正される介護保険制度について、最終回の今回は、介護保険料の考え方についてご説明します。
介護保険料の考え方
介護保険制度では、3年ごとに介護保険事業計画を策定することになっています。平成18年度は、3期目の事業計画の年です。
事業計画の中で、現在利用されている介護サービスの量や市の高齢者人口をもとに、今後3年間についても安心して介護サービスが利用できるよう計画し、65歳以上の方以下、第1号被保険者(1)の介護保険料基準額と保険料率を決定します。これらをもとに本人および世帯の所得を考慮し、第1号被保険者個人の介護保険料が決定します。平成18年度からの保険料に関して、次の点が見直されます。
介護給付に必要な費用に対する、第1号被保険者の負担割合が、18%から19%に変更されます。

また、平成17年度の税制改正の影響を受ける方については、介護保険料についても、平成18・19年度に、経過措置が講じられます。
詳しくは、5月1日号の市報でお伝えします。
介護保険課(保内線2322)

