



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

A 往復はがき

「手打ちうどんをつくろう！」申込
①氏名(ふりがな)
②住所
③生年月日
④電話番号

B 往復はがき

「ファミリー学級」申込
①参加希望コース
②夫婦の氏名(ふりがな)
生年月日
③住所
④日中連絡のつく電話番号
⑤出産予定日・病院名
⑥病院などの母親学級受講(予定)の有無
⑦パパの参加予定日(例) 同日、2日目のみ

C はがき

「特定健康診査と併せて行う健診」申込
①氏名(ふりがな)
②生年月日
③年齢
④住所
⑤電話番号
⑥特定健康診査受診日

D はがき

「大腸がん検診」「前立腺がん検診」「肝炎ウイルス検診」「骨粗しょう症検診」申込
①氏名(ふりがな)
②生年月日
③年齢
④住所
⑤電話番号

一般

事業名	日時/場所	対象/定員	申込方法 [※]
◆健康課 ☎042-438-4037			
郷土料理「手打ちうどんをつくろう！」	8月23日(金)午前10時～午後1時／田無総合福祉センター	市内在住の方／16人(抽選)	往復はがき(記入例A参照)またはEメール seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限：7月26日(金)(消印有効)
糖尿病講座 【保健師、管理栄養士による基礎知識・食事の話】	8月2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
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】	7月26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／20人	前日までに電話予約
栄養相談 【管理栄養士による相談】	8月5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)	8月2日(金)までに電話予約
	8月7日(水)午前9時～正午／田無総合福祉センター		8月5日(月)までに電話予約
ファミリー学級2日間コース ～初めて父親・母親になる方のための教室～ 【妊娠中の生活と健康、赤ちゃんのいる生活、父親の役割・育児参加方法 [※] 】	第7コース 8月30日(金)、9月21日(土) 午前9時30分～午後0時30分／保谷保健福祉総合センター 第8コース 9月20日(金)、10月5日(土) 午前9時30分～午後0時30分／保谷保健福祉総合センター	初めて父親・母親になる市内在住の方 ※妊婦のみの参加も可／28組(申込多数の場合は抽選) ◇対象出産予定日のめやす (第7コース)11月17日(日)～1月12日(日) (第8コース)12月8日(日)～2月8日(土)	往復はがき(記入例B参照)またはEメール fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期間(消印有効) 第7コース：8月6日(火)～16日(金) 第8コース：8月26日(月)～9月6日(金)

子ども

◆健康課 ☎042-438-4037			
当日…申し込み不要・当日、直接会場へ。 ※転入などの方は事前にご連絡ください。			
3～4カ月児健診 時・場 7月18日(木)・25日(木)、8月8日(木) 受付：午後0時10分～1時10分／保谷保健福祉総合センター2階 対 個別に通知	1歳児お誕生相談会 時・場 8月5日(月)・19日(月) 受付：午前9時～10時／保谷保健福祉総合センター3階 対 個別に通知(1歳3カ月までの方でご希望の方はお問い合わせください)	2歳児すくすく相談会 時・場 8月6日(火)・20日(火) 受付：午前9時～10時／保谷保健福祉総合センター2階 対 個別に通知(2歳6カ月までの方でご希望の方はお問い合わせください)	3歳児健康診査 時・場 8月7日(水)・21日(水)・28日(水) 受付：午後0時10分～1時10分／保谷保健福祉総合センター 対 個別に通知(4歳未満までの方でご希望の方はお問い合わせください)
BCG予防接種 生後5カ月になる前のお子さんに、日にちと時間を指定した通知を送付します。指定された日時にお越しください。 場 保谷保健福祉総合センター3階 対 生後1歳になる前日まで、まだBCG接種を受けていないお子さん ※対象者には個別に通知します。	育児相談 (身体計測と育児に関する相談) 当日 時・場 7月30日(火)午前9時30分～11時／田無総合福祉センター2階 8月26日(月)午前9時30分～11時／保谷保健福祉総合センター2階 対 乳幼児と保護者	子育て講座 (離乳食と歯が生えてくる頃の話) 当日 時・場 7月30日(火)/田無総合福祉センター 8月26日(月)/保谷保健福祉総合センター 1回目：午前10時～10時40分 2回目：午前10時50分～11時30分 対 7～8カ月のお子さんと保護者／各回先着15組 ※育児相談もご利用の方は、1回目の講座にご参加ください。	

健康ガイド

■特定健康診査と併せて行う健診(西東京市国民健康保険以外の方)

この健診は、特定健康診査にはない検査項目が受けられる健診です。

特定健康診査は加入している医療保険者が実施します。受診方法などは加入している医療保険者へお問い合わせください。

□**検診期間** 12月20日(金)まで

場 市内指定医療機関

内 血液検査(貧血検査・腎機能検査・アルブミン(65歳以上の方)[※])、医師の判断により心電図検査・眼底検査、大腸がん検診、前立腺がん検診

対 西東京市国民健康保険以外の健康保険に加入している40～74歳の方で、特定健康診査を受けた方または同時に受ける方

□受診・申し込み方法

①特定健康診査受診券に「集合」「集合契約」と記入あり…西東京市特定健康診査実施医療機関で特定健康診査を実施する場合は、健診当日に医療機関で申込書を記入し実施。

②①以外の場合…はがき(記入例Cを参照)または直接健康課(保谷保健福祉総合センター4階)・保険年金課(田無庁舎2階)へ申し込み。後日、送付する受診券を持って指定医療機関で受診。

◆健康課 ☎042-438-4021

■大腸がん検診・前立腺がん検診・肝炎ウイルス検診

□**検診期間** 9月2日(月)～12月20日(金)

※検診期間中は随時申し込み受け付け

場 市内指定医療機関

申 ①はがき(記入例D参照)

②直接健康課(保谷保健福祉総合センター4階)・保険年金課(田無庁舎2階)へ

③市HPから(電子申請はがん検診のみ)

※1次締め切り(8月5日(月))までに申し込みの方には8月下旬ごろ受診券を送付、以降は順次発送予定。

※以下の方は申し込みは不要です。

①市で実施する特定健康診査・一般健康診査を受診する方(6月または8月に健康診査受診券を発送、健康診査と同時に実施)

②肝炎ウイルス検診については、①の対象の方以外で同検診を受けたことがない40・45・50・55・60・65・70歳の方(9月に受診券送付)

◆大腸がん検診

内 便潜血検査(2日法)

対 40歳以上の方(平成26年3月31日時点の年齢)

※大腸がんで治療中の方は対象外

◆前立腺がん検診

内 血液検査(PSA検査)

対 50～74歳の偶数年齢の男性(平成26年3月31日時点の年齢)

※前立腺がんで治療中の方は対象外

◆肝炎ウイルス検診

内 B型・C型肝炎ウイルス検査(血液検査)

対 同検診を受けたことがない40歳以上の方(平成26年3月31日時点)

◆健康課 ☎042-438-4021

■骨粗しょう症検診

□**検診期間** 9月2日(月)～10月31日(木)

場 市内指定医療機関

内 骨密度測定、生活指導

対 40・45・50・55・60・65・70歳の女性(平成26年3月31日時点の年齢)

申 8月5日(月)まで(消印有効)

①はがき(記入例D参照)

②直接健康課(保谷保健福祉総合センター4階)・保険年金課(田無庁舎2階)へ

※受診方法は申し込み後送付される受診券および受診案内をご覧ください。

◆健康課 ☎042-438-4021

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
21日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	富士クリニック 富士町4-6-9 ☎042-450-6555	休日診療所 中町1-1-5 ☎042-424-3331
28日	西東京中央総合病院 芝久保町2-4-19 ☎042-464-1511	野田医院 向台町3-6-10 ☎042-467-1810	※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。

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	
21日	なつデンタルクリニック 新町4-6-7 1階 ☎0422-50-0588	保谷歯科医院 住吉町6-4-2 ☎042-423-4182
28日	しまだ歯科医院 ひばりが丘北3-6-26 ☎042-422-4618	田無町歯科クリニック 田無町4-23-4 ☎042-468-2221