



健康ひろば



記入例

【はがきあて先】
〒202-8555市役所健康課
担当宛て

※返信用には、住所・氏名を
記入

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

一般

事業名	日時/場所	対象/定員	申込方法など
◆健康課 ☎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】	4月8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
	4月25日(金)午前10時～11時30分/ 田無総合福祉センター		
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】	4月17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
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】	4月4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】	4月7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)	4月3日(木)までに電話予約
	4月16日(水)午前9時～正午/ 田無総合福祉センター		4月11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】	4月14日(月)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)	4月10日(水)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 ☎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】	5月20日(火)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): 4月16日(水)～30日(水)
◆教育支援課 ☎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】	4月11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)	4月1日(火)～9日(水)に電話予約

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
6日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎042-461-1535	整形外科高橋クリニック 南町5-3-12 ☎042-461-8822	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。
13日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	永田外科胃腸内科 南町4-12-6 ☎042-465-8530	

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		
6日	井出歯科 泉町1-13-4 ☎042-465-6488	遠藤歯科医院 田無町2-21-4 ☎042-461-1100	
13日	田村デンタルクリニック 東町4-13-23 メープルヴィレッジ1階 ☎042-439-4618	エンゼル歯科クリニック 保谷町3-22-7 ☎042-464-8744	

電話相談

医療相談(西東京市医師会)		☎042-438-1100
火曜日 午後1時30分～2時30分	4月8日 消化器外科 15日 循環器内科 22日 泌尿器科	
※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)		☎042-466-2033
金曜日 午後0時30分～1時30分	4月4日・11日・18日・25日	

患者の声相談窓口(電話相談)をご利用ください

安心して医療機関にかかるための対応方法を一緒に考えます。
☎午前9時～正午、午後1時～5時
(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)

- 診療所などの相談 東京都多摩小平保健所医療安全支援センター (☎042-450-3222)
- 病院などの相談 東京都医療安全支援センター(☎03-5320-4435)

ようこそとしよかんへ 4月



乳幼児～小学生を対象としたおはなし会など、いろいろな行事を行っています。お問い合わせは各図書館まで

谷戸 ☎042-421-4545

火～日 午前10時～午後6時

- ◆ちびっこおはなし会 2・16日(水)午前11時/1～2歳児とその保護者対象
- ◆おはなし会 9・23日(水)午後3時30分/3歳児から対象

柳沢 ☎042-464-8240

火～金 午前10時～午後8時
土・日・祝日 午前10時～午後6時

- ◆ちいさなおはなしひろば 4・11日(金)午前11時/1～2歳児とその保護者対象
- ◆わくわくドキドキ紙芝居春のスペシャル 12日(土)午前11時
- ◆おはなしひろば 毎週水曜日午後3時30分/3歳児から対象

ひばりが丘 ☎042-424-0264

火～金 午前10時～午後8時
土・日・祝日 午前10時～午後6時

- ◆ちいさなおはなしひろば 4・25日(金)午前11時/1～2歳児とその保護者対象
- ◆おはなしひろばサタデー 12日(土)午前11時/3歳児から対象
- ◆おはなしひろば 16日(水)午後4時/3歳児から対象

新町分室 ☎0422-55-1783

水～土 午後1時～5時

- ◆おはなしひろば 16日(水)午後3時30分

休館日

7日(月)・14日(月)・21日(月)・28日(月)

※中央・保谷駅前・柳沢・ひばりが丘図書館・新町分室は、18日(金)も休館
※芝久保・谷戸図書館は、29日(水)も休館
※新町分室は、毎週火・日曜日も休館

中央 ☎042-465-0823

火～金 午前10時～午後8時
土・日・祝日 午前10時～午後6時

- ◆おはなしおばさんのおはなし会 6日(日)午前11時
- ◆にこにこおはなし会 17日(水)午前11時/1～2歳児とその保護者対象
- ◆サンサンおはなし会 20日(日)午前11時/3歳児から対象
- ◆おはなし会 毎週木曜日午後3時30分/3歳児から対象

保谷駅前 ☎042-421-3060

火～金 午前10時～午後8時
土・日・祝日 午前10時～午後6時

- ◆はじめてのページ 3日(水)午前11時/下保谷児童センター(下保谷児童センター共催)
- ◆ちいさなおはなしひろば 11・25日(金)午前11時/1～2歳児とその保護者対象
- ◆おはなしひろば 11・25日(金)午後3時30分/3歳児から対象
- ◆おはなしのへや 5・19日(土)午後3時30分/5歳児～小学3年生対象

芝久保 ☎042-465-9825

火～日 午前10時～午後6時

- ◆おはなし会 毎週木曜日午後4時