

健康ひろば



記入例

【はがき宛先】
〒202-8555
市役所健康課

A はがき・メール
「離乳食講習会」申込
① 8月28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」申込
① 氏名(ふりがな)
② 性別
③ 住所
④ 生年月日
⑤ 電話番号

▶健康課 保 042-438-4037			
事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法 [※]
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】	8月1日(水)午後1時～2時 保谷保健福祉総合センター	在住で40歳以上の方/15人	前日までに電話
リハビリ窓口相談 【リハビリ方法や福祉用具・住宅改修などについて理学療法士による相談】	8月1日(水)午後2時15分～3時15分 16日(水)午前11時15分～午後0時15分 保谷保健福祉総合センター	リハビリに関する相談を希望する方 および関係者/各2人程度	前日までに電話
からだと心の健康相談 【保健師による面接相談】	8月9日(水)午後1時30分～3時30分 田無総合福祉センター	在住の方/2人	8月6日(月)までに電話
西東京しゃきしゃき体操パート2講座 【誰でも参加OK! Let's try しゃきしゃき体操!】	8月14日(火)午前10時～11時30分 保谷保健福祉総合センター	在住で立位がとれる方/ 20人	前日までに電話 ※7人以上で出張講座も実施します (平日の午前9時～午後5時、会場はご用意 ください)。
栄養・食生活相談 【生活習慣病予防の食事や健康づくりのための 食生活について管理栄養士による相談】	8月21日(火)午後1時～4時 保谷保健福祉総合センター	在住の方/4人	8月17日(金)までに電話

▶健康課 保 042-438-4037			
事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法 [※]
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】	8月28日(火)午後1時15分～3時 田無総合福祉センター	在住で5～8カ月の乳児と保護者 (第1子優先)/25組	はがき・メール(記入例A) ✉fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着):7月30日(月)

3～4カ月児健康診査

時 7月19・26日(水)、
8月2・23日(水)

場 保谷保健福祉総合センター

対 個別に通知

1歳児お誕生相談会

時 7月23日(月)、8月6・20日(月)

場 保谷保健福祉総合センター

対 個別に通知(1歳3カ月までで希望する
方はお問い合わせください)

2歳児すくすく相談会

時 7月24日(火)・8月7・21日(火)

場 保谷保健福祉総合センター

対 個別に通知(2歳6カ月までで希望する方
はお問い合わせください)

3歳児健康診査

時 7月25日(水)、
8月1・22・29日(水)

場 保谷保健福祉総合センター

対 個別に通知(4歳未満で希望する
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
日時を指定した通知を送付します。

場 保谷保健福祉総合センター

対 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

育児相談 当日

(身体計測と育児に関する相談)

時・場 ● 7月18日(水)受付:午前9時30分
～11時・田無総合福祉センター

● 8月27日(月)受付:午前9時30分～11
時・保谷保健福祉総合センター

対 乳幼児と保護者

子育て講座 当日

(離乳食と歯が生えてくる頃の話)

時・場 ● 7月18日(水)・田無総合福祉センター

● 8月27日(月)・保谷保健福祉総合センター

午前10時(40分程度)

対 生後7カ月前後の乳児と保護者(先着15組)

予約は7月17日(火)から 申込は電話やWebでカンタン・便利

第1回 胃がん検診

胃がん検診申込

①専用電話
☎0120-128-331(固定電話^{から})
☎03-3269-4752(携帯電話・
スマートフォン^{から})
※平日のみ:午前9
時～午後5時

②Web予約
右記QRコード^{から}



時・場 下表参照
※検診は午前中実施します。詳細は申
込専用電話へお問い合わせください。

内 問診・エックス線検査(バリウム
使用)
※前夜からの食事・水分などの制限
が必要です。

対 平成31年3月31日時点で40歳以
上の方(前年度に受診した方を除く)

申 7月17日(火)午前9時^{から}、上記申
込専用電話またはWeb

※電話予約の際に「西東京市で行う胃
がん検診の予約」と伝えてください。
※初日から数日と午前中は電話が
つながりにくい場合あり
※定員に達した時点で受付終了
※申込完了後、お知らせを順次発送

【受診できない方】

- 妊娠中または妊娠の可能性がある
- 胃の手術をした ● 胃・十二指腸
の治療中または経過観察中 ● 消化
管の閉塞またはその疑いがある
- バリウムを飲んで、過敏症が出た、
排便困難・腹痛などにより医療機関
で処置を受けたことがある ● 水分
制限がある(透析中・腎疾患・心不
全^{など}) ● 1年以内に脳血管障害や
心疾患で発作があった(脳梗塞・脳
内出血・心臓発作^{など}) ● そのほか
受診が困難(指示に従って体を動か
すことができない^{など})

□第1回 胃がん検診日程 検診実施時間:午前8時45分～11時30分

会場	男性	女性
田無総合福祉センター	8月28日(火)、9月19日(水)・20日(水)・ 30日(日)、10月1日(月)	9月11日(火)・12日(水)・28日(金)
保谷保健福祉総合センター	9月3日(月)・7日(金)・15日(土)、 10月9日(火)	8月27日(月)、9月22日(土)・ 27日(木)、10月4日(木)・7日(日)

□申込期間の変更について
4月1日号と同時配布の「平成30年度版西東京市健康事業ガイド」でご案内
した申込開始日が都合により変更となりました。ご注意ください。

※健康課では予約の受付はしていません。▶健康課 保 042-438-4021

健康ガイド

※年齢は平成31年3月31日時点
※検診場所は市内指定医療機関

■肝炎ウイルス・大腸がん・前立腺がん検診

□検診期間 9月3日(月)～12月20日(木)
□申込期間 7月17日(火)～8月3日(金)
(1次締切・消印有効)
※検診期間中は、12月13日(木)(消印
有効)まで随時申込受付
※1次締切までの申込者には、8月下
旬に受診券を送付。以降は順次送付予
定

【以下の方は申込不要】

①市で実施する特定健診・一般健診を
受診する方(6月または7月下旬に受
診券を送付。健診と同時実施)

②肝炎ウイルス検診は、当検診を未受
診で、①以外の40・45・50・55・60・65・
70歳の方(8月下旬に受診券を送付)

◆**肝炎ウイルス検診**

内 血液検査(B型・C型肝炎ウイルス
検査)
対 当検診を未受診の40歳以上の方

◆**大腸がん検診**

内 便潜血検査(2日法)
対 40歳以上の方
※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
※前立腺がんで治療中の方(経過観察
中の方を含む)は対象外

¥500円(生活保護世帯の方は受給証
明書持参で無料)

■骨粗しょう症検診～骨密度測定をして、自分の骨を知ろう!～

□検診期間 9月3日(月)～10月31日(火)
□申込期間 7月17日(火)～10月24日(火)
(消印有効)

内 骨密度測定・生活指導
対 40・45・50・55・60・65・70歳の女性
※8月下旬以降、順次受診券を送付

□申込方法(全検診共通)

- はがき(記入例B)
- 窓口(保谷保健福祉総合センター健
康課・田無庁舎2階
保険年金課)
- 市HP^{から}(QRコード)

各種健康診査等
電子申請一覧へ



■献血のご協力をお願いします!

輸血用血液の確保が厳しい状況が
続いています。西東京市献血推進協
議会による献血を実施しますので、
市民の皆さんのご協力をお願いします。

時 8月2日(水) ● 午前10時～11時
30分 ● 午後1時～4時

場 田無庁舎1階ロビー

対 16～64歳 ※60～64歳の間に
献血のご協力実績がある方は、69
歳まで献血できます。

▶健康課 保 042-438-4021

休日診療は7面