



記入例

【はがき宛先】
〒202-8555
市役所健康課

A メール 「腹筋・ヒップアップトレーニング」申込 ①5月18日 ②氏名 ③生年月日 ④住所 ⑤電話番号 ⑥保育希望の有無 ※希望者は子どもの氏名、生年月日、性別	B メール 「離乳食講習会 ステップ」申込 ①6月8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	C はがき 「肺炎球菌予防接種」申込 ①氏名(ふりがな) ②住所 ③生年月日 ④電話番号 ※過去に受けたことがある方は申込不可	D 電子申請 「健康診査等」申込
--	--	--	--------------------------------

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、手洗い・手指消毒など感染症対策にご協力をお願いします。

▶健康課 ☎ 042-438-4037			
事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法など
女性のための腹筋・ヒップアップトレーニング 保育あり	5月18日(木)午前10時～11時 防災・保谷保健福祉総合センター3階	在住で18～64歳の女性(産後6カ月以上経過している方) / 8人	電話・メール(右上記入例☎)seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着)：5月15日(月)
栄養ミニ講座 「悪玉コレステロールを下げるコツ」	5月24日(水)午前10時15分～11時30分 防災・保谷保健福祉総合センター2階	在住の方 / 15人	5月19日(金)までに電話
栄養・食生活相談 【肥満や糖尿病などの生活習慣病予防の食事などについて管理栄養士による個別相談】	5月24日(水)午後1時～4時の間で1人30分程度 防災・保谷保健福祉総合センター2階	在住の方 / 4人	5月19日(金)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】	5月24日(水)午後1時30分～3時30分 防災・保谷保健福祉総合センター2階	在住の方 / 2人	5月19日(金)までに電話
西東京しゃきしゃき体操パート2講座 【初心者大歓迎！足の筋力やバランス能力を向上させましょう！】	5月26日(金)午前10時～11時30分 田無総合福祉センター	在住で立位がとれる方 / 10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)。
ファミリー学級・1日制(マタニティーズ) 【妊娠中から産後の生活と健康、赤ちゃんのお世話について】	5月29日(月)午前10時～11時30分 防災・保谷保健福祉総合センター2階	在住で妊娠28週～35週の初妊婦(パートナーの参加可) / 12組 ※市のファミリー学級・2日制に参加していない方	5月25日(木)までに電話

▶教育支援課 ☎ 042-420-2829			
事業名	日時/場所	対象/定員	申込方法など
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 【言語聴覚士などによる相談】	5月12日(金)午後1時30分～5時 教育支援課(田無第二庁舎4階)	5～12歳ぐらい / 14人 1人15分程度	5月1日(月)～10日(水) 午前9時～午後5時に電話 ※申込順

▶健康課 ☎ 042-438-4037			
事業名	日時/場所	対象/定員	申込方法など
離乳食講習会 ステップ 【離乳食の中期から後期のお話、歯科の話】	6月8日(木)午前10時30分～11時45分 田無総合福祉センター	在住の6～8カ月の乳児と保護者(第1子優先) / 16組	メール(右上記入例☎) fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着)：5月25日(木)

電話相談

医療相談(西東京市医師会) ※専門医が相談に応じます。
火曜日 午後1時30分～2時30分 ☎042-438-1100
5月9日 泌尿器科 16日 整形外科
23日 小児科/アレルギー科 30日 精神科/心療内科

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

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)
※発熱(1週間以内に発熱37.5度以上を含む)など感冒症状のある方は、必ず電話予約のうえ、ご来院ください。なお、現在感染拡大により電話が大変混み合いつながらない場合もありますが、ご了承ください。
※感染拡大防止のため、電話予約のない方の鼻腔拭い液での検査(インフルエンザ検査など)はしていません。
※休日診療所は、東京都指定の診療・検査医療機関です。
※休日診療所では「マイナ受付」に対応しています。

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
3日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎042-461-1535 ※小児科は午後4時30分まで	増田医院 東町5-1-11 ☎042-422-6036	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
4日	武蔵野徳洲会病院 向台町3-5-48 ※小児科は午後5時まで ☎042-465-0700	ひらたあや整形外科クリニック 新町2-5-35 ☎0422-56-8130	
5日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	ますだ内科クリニック 芝久保町3-6-26 ☎042-463-1159	
7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	すがひろ内科クリニック 南町4-3-2 サウスタウンビル2階 ☎042-464-3226	
14日	田無病院 緑町3-6-1 ☎042-461-2682	藤原医院 ひばりが丘北4-8-4 ☎042-421-6168	

健康ガイド

▶健康課 ☎ 042-438-4037

- 母子健康手帳の交付・たまご面接
医療機関で妊娠が確認されたら早めにお越しください。
時 ●午前9時～正午 ●午後1時～4時 ※お時間に余裕をもってお越しください。
場 健康課(防災・保谷保健福祉総合センター4階)・子育て支援課(田無第二庁舎2階)
内 母子健康手帳の交付、妊婦の方と保健師・助産師の面接相談
- 1歳6カ月児医科・歯科健康診査
小児科・内科、歯科の各指定医療機関で受診してください。
内 ●医科…身体計測、小児科・内科健診、個別相談
●歯科…歯科健診、歯磨き相談
対 1歳6カ月～2歳の誕生日の前日(1歳6カ月ごろに個別通知)
※詳細は個別通知をご覧ください。転入などの方はご連絡ください。

高齢者肺炎球菌予防接種は7面へ

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	
3日	樋口歯科医院 保谷町3-11-24 ☎042-461-0551	本町歯科 田無町2-9-6 野崎ビル201号 ☎042-462-4618
4日	泉台歯科医院 泉町6-1-3 ☎042-421-4980	なつデンタルクリニック 新町4-6-7 1階 ☎0422-50-0588
5日	山口歯科医院 ひばりが丘1-5-12 ☎042-421-4029	堀歯科医院 田無町5-8-10 ライオンズマンション田無第2 ☎042-466-4182
7日	浅野歯科医院 ひばりが丘1-3-3 ☎042-421-1868	14日 岩田歯科医院 向台町6-16-4 ☎042-465-4507

SNSでも市の情報を発信しています!

LINE Twitter Facebook YouTube