

健康ひろば



市の花 ひまわり

記入例

【はがき宛先】
〒202-8555
市役所健康課

A はがき・メール
「野菜たっぷり食育講座」申込
①住所
②氏名(ふりがな)
③生年月日
④電話番号

B はがき・メール
「マタニティクッキング」申込
①9月12日
②住所
③氏名(ふりがな)
④年齢
⑤出産予定日
⑥電話番号

C はがき・メール
「ファミリー学級」申込
①第6コース
②夫婦の氏名(ふりがな)・生年月日・年齢
③住所
④電話番号
⑤出産予定日・病院名
⑥パパの参加予定日
(例) 両日、2日目のみ

D はがき
「喉頭がん検診」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)	申込方法など
女性のボディケア講座 腹筋・骨盤まわり編 保育あり	8月16日(休)午前10時~11時 保谷保健福祉総合センター	在住で18~64歳の女性 (産後6カ月以上経過している方) / 20人	前日までに電話
野菜たっぷり食育講座 ルーマニア料理をつくろう 【家庭でも作れる簡単おいしい野菜たっぷり料理です。講話と調理実習】	9月7日(金)午前10時~午後1時 田無総合福祉センター	在住の方 / 20人 (申込多数は抽選)	はがき・メール(記入例A) ☒seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着): 8月14日(火)
マタニティクッキング 【バランスのよい食事をみんなで楽しく作って、おいしく食べましょう】	9月12日(休)午前10時30分~午後0時30分 田無総合福祉センター	在住の妊婦 / 20人	はがき・メール(記入例B) ☒fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(消印有効): 8月15日(水)
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・育児参加方法など】	第6コース: 9月7日(金)・29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	在住で初めて父親・母親になる方 (妊婦のみの参加も可) / 30組 対象出産予定日: 12・1月	はがき・メール(記入例C) ☒fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(消印有効): 8月10日(金)~24日(金)

▶教育支援課(保) ☎042-438-4074			
事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	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 【言語訓練士による相談】	8月10日(金)午後1時30分~5時 教育支援課(保谷庁舎4階)	5~12歳ぐらい 10人(1人15分程度)	8月1日(水)~7日(火) 午前9時~午後5時に電話

健康ガイド

■喉頭がん検診 継続受付中

□検診期間
8月1日(水)~11月30日(金)
対 40歳以上で特にたばこを吸う方
¥ 自己負担600円
甲 11月16日(金)(消印有効)までに、
●はがき(記入例D) ●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
※順次受診券を送付
▶健康課(保) ☎042-438-4021

■赤ちゃん訪問(新生児・産婦訪問)

助産師・保健師が訪問し、赤ちゃんの体重測定、発育や発達状況の確認、授乳相談、お母さんの体調などの相談に応じます。
甲 母と子の保健ファイル(母子健康手帳交付時に配布)に同封の赤ちゃん訪問はがき(出生通知票)を郵送または電話で下記へ
▶健康課(保) ☎042-438-4037



■5歳児歯科健康診査

7月末に対象者へ個別通知しました。歯科の指定医療機関で受診してください。
時 8月1日(水)~10月31日(水)
内 歯科健診・相談、歯科保健指導、必要に応じてフッ化物塗布
対 平成25年4月2日~翌4月1日生まれ
※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。
▶健康課(保) ☎042-438-4037



■1~3歳児お口の健康支援室

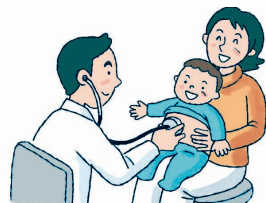
歯磨きが上手にできない、歯医者で口が開けられず診察が難しい、食事を上手に食べられないなどの子どもを対象とした、お口の健康に関する相談室です。
内 歯科健診、歯科保健指導、歯磨き練習、栄養・育児相談
甲 電話・往復はがきで、住所・保護者氏名・子どもの氏名と生年月日・電話番号・申込理由を〒202-8555市役所健康課「お口の健康支援室」係へ
※相談日を明記し返送します。ご都合がつかない場合はご連絡ください。
▶健康課(保) ☎042-438-4037

■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カ月前ごろに個別通知)
※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。
▶健康課(保) ☎042-438-4037

■妊婦健康診査受診票のご利用を

母子健康手帳の交付と同時に、妊婦健康診査受診票を14回分交付しています。妊婦健康診査時に使用すると、費用の一部が助成されます。
助産院・都外医療機関など、都内指定医療機関以外で受診した場合は、この受診券が使えないため、出産後1年以内に還付の手続きをしてください。詳細は受診票交付時のお知らせ・市HPをご覧ください。
▶健康課(保) ☎042-438-4037



+ 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
5日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	8月の輪番制(診療所)は 休止です。	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
11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		
12日	田無病院 緑町3-6-1 ☎042-461-2682		

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		
5日	なつデンタルクリニック 新町4-6-7 1階 ☎0422-50-0588		
11日	エンゼル歯科クリニック 保谷町3-22-7 ☎042-464-8744	渡辺歯科医院 南町5-4-4 向南ビル1階 ☎042-469-1182	
12日	いくたま歯科医院 下保谷4-8-27 ☎042-438-1182	野口歯科医院 西原町4-3-49 ☎042-467-3955	
13日	五十嵐歯科医院 富士町4-16-8 野口ビル1階 ☎042-466-0822		
14日	むとう歯科医院 南町4-4-2 プリンスプラザ田無2階 ☎042-467-3415		

☎ 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。 8月の相談はお休みです。	☎042-438-1100
歯科相談(西東京市歯科医師会) 金曜日 午後0時30分~1時30分	☎042-466-2033