



消火器による初期消火訓練

9月2日(日)に柳沢中学校で、西東京市になって初めての防災訓練を実施しました。市民・関係機関合わせて300人という多数の方々に参加していただき、予定通り行うことができました。

総合防災訓練 ご協力ありがとうございました

皆様のご協力に感謝します。今後とも、防災訓練に積極的に参加し、万一大震災に備え、適切な行動がとれるよう心がけてください。
防災課(保内線233)



チェンソーによる救出救助訓練

これまで田無町で事務を行っていた保谷消防署田無出張所の新庁舎が、10月11日(木)に向台町に落成します(事務開始は、10月19日(金)となります)。
新庁舎は、次のような特徴があります。
身体の不自由な方に配慮して、1階玄関にスロープを設置しました。また、建物によ

地域に安心を 保谷消防署田無出張所が落成します

旧庁舎同様、安心して住める街をめざして「をモットーに業務を行います。どうぞよろしくお願いします。」
住所・電話番号 向台町2-3-6 電話番号 0119、61-0119、62-0184
問合せ 保谷消防署予防課(保内線233)



10月の休日診療

診療時間
病院...午前9時~午後10時
医院...午前9時~午後5時
西東京市休日診療所(保谷保健福祉総合センター2階)...午前10時~正午、午後1時~4時、午後5時~9時

医療機関(所在地・電話番号)	
10月7日	田無病院 (緑町3-6-1) ☎61-2682
	はしもとクリニック (谷戸町3-23-17) ☎25-3588
	西東京市休日診療所 (中町1-5-1) ☎64-1311 内線2382
8日	西東京中央総合病院 (芝久保町2-4-19) ☎64-1511
	ひばりヶ丘クリニック (谷戸町2-15-11高野ビル1F) ☎22-2959
14日	西東京市休日診療所 (中町1-5-1) ☎64-1311 内線2382
	佐々総合病院 (田無町4-24-15) ☎61-1535
	石田クリニック (谷戸町-23-13) ☎21-9905
21日	西東京市休日診療所 (中町1-5-1) ☎64-1311 内線2382
	田無病院 (緑町3-6-1) ☎61-2682
	指田医院 (田無町4-2-11) ☎61-1128
28日	西東京市休日診療所 (中町1-5-1) ☎64-1311 内線2382
	西東京中央総合病院 (芝久保町2-4-19) ☎64-1511
	小野医院 (田無町1-5-5) ☎61-0061

10月の休日歯科診療

受付時間...午前10時~午後4時

医療機関(所在地・電話番号)	
10月7日	伊藤歯科医院 (南町5-7-9) ☎61-8518
	川島歯科医院 (ひばりが丘北4-4-16~104) ☎21-5490
8日	山口歯科医院 (田無町4-9-10) ☎62-4721
	駒村歯科医院 (下保谷2-1-21) ☎21-4180
14日	渡辺歯科医院 (南町5-4-4) ☎69-1182
	カスヤ歯科医院 (保谷町6-25-24) ☎21-7732
21日	遠藤歯科医院 (田無町2-21-4) ☎61-1100
	相田歯科医院 (富士町4-5-16) ☎61-1970
28日	浅野第三歯科診療所 (芝久保町2-19-12) ☎68-8714
	篠岡歯科医院 (柳沢1-1-5) ☎61-5323

歯科講演会
「歯にやさしいキシリトール」
キシリトールって何? 歯科保健への応用の基本的な考え方、ガムなどお菓子の甘味料として広まりつつあるキシリトール。
酸を作らないので虫歯の原因にならない。ただではなく、虫歯に対する予防効果もわかってきました。
日本のキシリトールについての第一人者である先生が、基本的な性質や使い方についてわかりやすく説明します。また、歯科先進国フィンランドでの応用法と研究について



健康推進課(保谷庁舎)へ
問い合わせ
健康推進課(保谷庁舎)へ
歯科講演会
「歯にやさしいキシリトール」
キシリトールって何? 歯科保健への応用の基本的な考え方、ガムなどお菓子の甘味料として広まりつつあるキシリトール。
酸を作らないので虫歯の原因にならない。ただではなく、虫歯に対する予防効果もわかってきました。
日本のキシリトールについての第一人者である先生が、基本的な性質や使い方についてわかりやすく説明します。また、歯科先進国フィンランドでの応用法と研究について

「子どもの遅れが気になる子ども発達相談」
発達相談会
ほかの子どもは話ができるのにうちの子どもはまだしゃべらない、ことが出来ない等、悩んでいる方、専門医に相談したい方は、気軽にお越しください。
とき 10月10日(水)午前9時30分~正午(予約制)
ところ こどもの発達センターひいらぎ(住吉福祉会館内)
相談医師 石崎朝世先生(小児神経科)
申込 こどもの発達センターひいらぎまで電話で
こどもの発達センターひいらぎ(☎22-9897)

「子どもたちが伝えない」健康メニュー
健康メニュー
たぐさんの応募ありがとうございました。審査の結果、各部門の入選が決まり、西東京市では次の3人の方が入選しました。
「もやしの混ぜご飯」で主食の部3位に入賞の大澤真由美さんは、「何と言っても簡単、スピーディ。嫌いなピーマンもこれなら食べられます。」「ひじきシューマイ」で主菜の部3位に入賞の二木悦子さんは、「カルシウムを意識しました。ひじきの煮物はあまり食べてくれない子どもたちもシューマイならたくさん食べてくれます。」「2つのかきあげ」で入選の熊田富美子さんは、「たんぱく質と脂質、子どもたちが苦手な野菜を同時に取れるようにしました。」とメニューについてコメントしました。
応募総数 78作品
入選作品(抜粋)
主食の部: チャーハン春巻、土用の丑の日にもどき寿司 主菜の部: きのこのつくね、鉄カルコロッケ 副菜の部: 変わり卵の花あえ、にんじんもりもりきんぴら、おやつ部: パセリケーキ、スイートポテトきなこ風味
入選作品のレシピ集を作成しました

「子どもたちが伝えない」健康メニュー
健康メニュー
たぐさんの応募ありがとうございました。審査の結果、各部門の入選が決まり、西東京市では次の3人の方が入選しました。
「もやしの混ぜご飯」で主食の部3位に入賞の大澤真由美さんは、「何と言っても簡単、スピーディ。嫌いなピーマンもこれなら食べられます。」「ひじきシューマイ」で主菜の部3位に入賞の二木悦子さんは、「カルシウムを意識しました。ひじきの煮物はあまり食べてくれない子どもたちもシューマイならたくさん食べてくれます。」「2つのかきあげ」で入選の熊田富美子さんは、「たんぱく質と脂質、子どもたちが苦手な野菜を同時に取れるようにしました。」とメニューについてコメントしました。
応募総数 78作品
入選作品(抜粋)
主食の部: チャーハン春巻、土用の丑の日にもどき寿司 主菜の部: きのこのつくね、鉄カルコロッケ 副菜の部: 変わり卵の花あえ、にんじんもりもりきんぴら、おやつ部: パセリケーキ、スイートポテトきなこ風味
入選作品のレシピ集を作成しました

「子どもたちが伝えない」健康メニュー
健康メニュー
たぐさんの応募ありがとうございました。審査の結果、各部門の入選が決まり、西東京市では次の3人の方が入選しました。
「もやしの混ぜご飯」で主食の部3位に入賞の大澤真由美さんは、「何と言っても簡単、スピーディ。嫌いなピーマンもこれなら食べられます。」「ひじきシューマイ」で主菜の部3位に入賞の二木悦子さんは、「カルシウムを意識しました。ひじきの煮物はあまり食べてくれない子どもたちもシューマイならたくさん食べてくれます。」「2つのかきあげ」で入選の熊田富美子さんは、「たんぱく質と脂質、子どもたちが苦手な野菜を同時に取れるようにしました。」とメニューについてコメントしました。
応募総数 78作品
入選作品(抜粋)
主食の部: チャーハン春巻、土用の丑の日にもどき寿司 主菜の部: きのこのつくね、鉄カルコロッケ 副菜の部: 変わり卵の花あえ、にんじんもりもりきんぴら、おやつ部: パセリケーキ、スイートポテトきなこ風味
入選作品のレシピ集を作成しました

「子どもたちが伝えない」健康メニュー
健康メニュー
たぐさんの応募ありがとうございました。審査の結果、各部門の入選が決まり、西東京市では次の3人の方が入選しました。
「もやしの混ぜご飯」で主食の部3位に入賞の大澤真由美さんは、「何と言っても簡単、スピーディ。嫌いなピーマンもこれなら食べられます。」「ひじきシューマイ」で主菜の部3位に入賞の二木悦子さんは、「カルシウムを意識しました。ひじきの煮物はあまり食べてくれない子どもたちもシューマイならたくさん食べてくれます。」「2つのかきあげ」で入選の熊田富美子さんは、「たんぱく質と脂質、子どもたちが苦手な野菜を同時に取れるようにしました。」とメニューについてコメントしました。
応募総数 78作品
入選作品(抜粋)
主食の部: チャーハン春巻、土用の丑の日にもどき寿司 主菜の部: きのこのつくね、鉄カルコロッケ 副菜の部: 変わり卵の花あえ、にんじんもりもりきんぴら、おやつ部: パセリケーキ、スイートポテトきなこ風味
入選作品のレシピ集を作成しました

「子どもたちが伝えない」健康メニュー
健康メニュー
たぐさんの応募ありがとうございました。審査の結果、各部門の入選が決まり、西東京市では次の3人の方が入選しました。
「もやしの混ぜご飯」で主食の部3位に入賞の大澤真由美さんは、「何と言っても簡単、スピーディ。嫌いなピーマンもこれなら食べられます。」「ひじきシューマイ」で主菜の部3位に入賞の二木悦子さんは、「カルシウムを意識しました。ひじきの煮物はあまり食べてくれない子どもたちもシューマイならたくさん食べてくれます。」「2つのかきあげ」で入選の熊田富美子さんは、「たんぱく質と脂質、子どもたちが苦手な野菜を同時に取れるようにしました。」とメニューについてコメントしました。
応募総数 78作品
入選作品(抜粋)
主食の部: チャーハン春巻、土用の丑の日にもどき寿司 主菜の部: きのこのつくね、鉄カルコロッケ 副菜の部: 変わり卵の花あえ、にんじんもりもりきんぴら、おやつ部: パセリケーキ、スイートポテトきなこ風味
入選作品のレシピ集を作成しました

10月の健康・栄養相談

	日時	場所	対象・内容
健康相談	17日(水) 午後1時30分~3時	田無庁舎2階 市民相談室	医師による相談 市民の方ならどなたでも
	22日(月) 午後1時30分~3時	谷戸公民館	医師・栄養士などによる相談 市民の方ならどなたでも
栄養相談	17日(水) 午前9時~11時	田無総合福祉センター	栄養士による相談 1日定員5人(申し込み順) 電話予約制
	22日(月) 午後1時~3時30分	保谷保健福祉総合センター	

問合せ (☎内線2365~2367)

コンクール結果発表! 「子どもたちが伝えない」健康メニュー

たぐさんの応募ありがとうございました。審査の結果、各部門の入選が決まり、西東京市では次の3人の方が入選しました。
「もやしの混ぜご飯」で主食の部3位に入賞の大澤真由美さんは、「何と言っても簡単、スピーディ。嫌いなピーマンもこれなら食べられます。」「ひじきシューマイ」で主菜の部3位に入賞の二木悦子さんは、「カルシウムを意識しました。ひじきの煮物はあまり食べてくれない子どもたちもシューマイならたくさん食べてくれます。」「2つのかきあげ」で入選の熊田富美子さんは、「たんぱく質と脂質、子どもたちが苦手な野菜を同時に取れるようにしました。」とメニューについてコメントしました。
応募総数 78作品
入選作品(抜粋)
主食の部: チャーハン春巻、土用の丑の日にもどき寿司 主菜の部: きのこのつくね、鉄カルコロッケ 副菜の部: 変わり卵の花あえ、にんじんもりもりきんぴら、おやつ部: パセリケーキ、スイートポテトきなこ風味
入選作品のレシピ集を作成しました

