

健康

お問い合わせは、はがきの郵送先は、〒202-8555中町1-5-1保谷保健福祉総合センター健康推進課へ

糖尿病入門講座

食事療法をこれから始める方対象の講座です。
とき 12月7日(金)午前10時~11時30分
ところ 保谷保健福祉総合センター

離乳食講習会

簡単にできる離乳食(中期・後期食)のお話と試食会です
定員 10人(申込順)
申込 12月6日(木)までに電話で
⑩☎内線2367

高脂血症予防講演会

高脂血症の正しい知識と予防法についての講演会です。
とき 12月4日(火)午後1時20分~3時30分
ところ 田無総合福祉センター
定員 30人
講師 野田汎史先生(田無医師会医師)、管理栄養士

とき 12月13日(木)午後1時30分~3時
ところ 田無総合福祉センター
対象月齢 6~8か月児
定員 20組(申し込み多数の場合は抽選)
申込 はがきに住所・氏名(親と子、ふりがな)・乳児の生年月日・電話番号を記入し、26日(月)×消印有効)までに健康推進課、離乳食講習会係へ
⑩☎内線2362~2364

申込 当日、直接会場へ
⑩☎内線2365~2367
妊産婦・育児相談
地域で不安なく出産し、育児をできるように、助産婦や保健婦による訪問を行っています。新生児相談は、出生通知票(母と子の保健バッグに同封)を郵送、その他の方は電話で申し込んでください。
対象 初めて妊娠、出産した方および新生児(生後60日まで)・第2子以降でも受け付けますので、ご相談ください。
⑩☎内線2363

からだの動きが気になる子どもの発達相談会
お子さんの発育に不安のある方は、おいでください。
とき 11月27日(火)午前9時30分(予約制)
ところ こどもの発達センターひいらぎ
相談員 若狭三郎さん(ひいらぎ機能訓練担当・作業療法士)
申込・問合せ こどもの発達センターひいらぎ
こどもの発達センターひいらぎ(☎22-9897)

西東京市ホームページ

http://www.city.nishitokyo.tokyo.jp

「申請書等ダウンロードサービス」を始めました

西東京市ホームページでは、戸籍や住民票などの交付申請書類のダウンロードサービスを開始しました。これにより、ご家庭で申請の準備ができるほか、郵送請求時にもご利用いただけます。
対象となるのは、このほかに印鑑登録証明書請求書や妊娠届(母子健康手帳交付時に使用)など14種類です。申請書類は、今後、順次追加していく予定です。どうぞご利用ください。
広報広聴課(☎☎内線1141、1142)

消防団員募集

消防団活動に参加してみませんか

来年4月に、任期満了に伴う消防団員の募集(若干名)があります。さまざまな職業に就きながら、地域の中で世代を超えたつながりを持ち、消防という共通の目的のもとに活動を楽しみませんか。
任期・資格 3年・市内に居住する年齢18歳以上60歳以下の志願者かつ身体健康な方
防災課(☎☎内線231)

11・12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)	
11月18日	佐々総合病院(田無町4-24-15) ☎61-1535)
	芝久保内科小児科クリニック(芝久保町4-12-45) ☎69-6776)
	西東京市休日診療所(中町1-5-1) ☎64-1311内線2382)
23日	田無病院(緑町3-6-1) ☎61-2682)
	坂上医院(南町3-17-8) ☎67-4110)
25日	西東京中央総合病院(芝久保町2-4-19) ☎64-1511)
	檜垣医院(芝久保町1-11-10) ☎62-5521)
	西東京市休日診療所(中町1-5-1) ☎64-1311内線2382)
12月2日	佐々総合病院(田無町4-24-15) ☎61-1535)
	梅村こども診療所(南町5-17-2) ☎67-8171)
	西東京市休日診療所(中町1-5-1) ☎64-1311内線2382)
9日	田無病院(緑町3-6-1) ☎61-2682)
	がんぼクリニック(芝久保町3-22-17) ☎65-8774)
	西東京市休日診療所(中町1-5-1) ☎64-1311内線2382)

11・12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)	
11月18日	押見歯科診療室(谷戸町3-26-1) ☎21-6480)
	腰原歯科医院(住吉町6-7-8) ☎22-2121)
23日	こみね歯科(南町4-4-2プリンスプラザ2F) ☎67-3415)
	釣歯科医院(東町3-5-4) ☎21-8755)
25日	ニイヤマ歯科(田無町6-6-31) ☎65-8666)
	おおたけ歯科医院(保谷町3-9-2コーラルタウン) ☎62-6162)
12月2日	浅沼歯科クリニック(芝久保町3-4-32) ☎63-5688)
	保谷歯科医院(住吉町6-4-2) ☎23-4182)
9日	歯科吉岡医院(谷戸町3-26-2) ☎21-8141)
	三浦歯科医院(ひばりが丘北3-5-22) ☎22-1870)

12月の健康

◆問い合わせは健康推進課へ



= 予防接種 =

ポリオ接種

田無総合福祉センター
11日(火)・12日(水)・14日(金)午後1時30分~2時20分
保谷保健福祉総合センター
7日(金)・10日(月)午後1時30分~2時30分
対象 生後3か月から90か月未満のお子さん
持ち物 母子健康手帳、予診票
⑩☎内線2361

= 乳幼児健康診査 =

対象年齢	田無会場(母子保健センター)	保谷会場(保谷保健福祉総合センター)
3~4か月児	20日(木)	11日・25日(火)
1歳6か月児	18日(火)	6日・20日(木)
3歳児	19日(水)	4日(火)

対象者に個別通知をします。転入者の方は、事前に連絡をしてください。
⑩☎内線2362~2364

= 育児相談 =

田無総合福祉センター
3日(月)・17日(月)
午前9時30分~11時
保谷保健福祉総合センター
19日(水)
午前9時~10時30分
内容 身長・体重測定、個別相談(保育・栄養・歯科・家族計画など)
対象 乳幼児と保護者
持ち物 母子健康手帳
・歯みがき相談希望者は歯ブラシ
申込 当日直接会場へ
⑩☎内線2362~2364



= 健康・栄養相談、健康体操 =

	日時・場所	対象・内容
健康相談	3日(月)午後1時30分~2時30分 田無総合福祉センター	内科・皮膚科医師による相談
巡回健康相談	7日(金)午後1時30分~3時 コール田無	医師・栄養士による相談 市民の方ならどなたでも
栄養相談	10日(月)午後1時~3時30分 保谷保健福祉総合センター	栄養士による相談 定員5人(申込順)電話予約制

12月後半の健康・栄養相談は12月1日号でお知らせします。⑩☎内線2365~2367

	住吉福祉会館 ☎21-1122	下保谷福祉会館 ☎22-8338	新福祉会館 ☎0422-55-1781	富士町福祉会館 ☎65-9350	ひばりが丘福祉会館 ☎24-0262
健康相談	21日(金)午後1時30分~2時30分 栄養相談あり	4日(火)午後1時30分~2時30分	25日(火)午後1時30分~2時30分	21日(金)午後1時30分~2時30分	11日(火)午後1時30分~2時30分
健康体操	4日・18日(火)午前11時30分	7日・14日・21日(金)午前11時	3日・10日・17日(月)午前10時30分	4日・11日・18日(火)午前10時	7日・14日・21日(金)午前10時30分