

健康

お問い合わせは健康推進課(保谷庁舎)へ

糖尿病予防講座

食事療法をこれから始める方を対象に、栄養士と保健師による講座を開催します。

とき 11月1日(金)午前10時~11時30分

ところ 田無総合福祉センター

定員 10人(申込順)

申込 10月31日(木)までに電話で

肝臓病予防講演会

肝臓病の正しい知識と予防についてを学びます。

とき 11月1日(金)午後1時30分~3時30分

ところ 田無総合福祉センター

定員 50人(申込順)

講師 瀬在秀一先生(田無医師会)・管理栄養士

申込 10月31日(木)までに電話で

脳卒中予防講演会

脳卒中と生活習慣病の関係と予防について、正しい知識を学びます。

とき 11月7日(木)午後1時30分~3時30分

ところ 田無総合福祉センター

定員 50人(申込順)

講師 指田純先生(田無医師会)・管理栄養士

申込 10月31日(木)までに電話で

高脂血症

生活習慣病の中でも、自覚症状がなく進行、また動脈硬化の原因でもある高脂血症。ぜひ、予防にお役立てください。

とき 11月14日(木)午後1時30分~3時30分

ところ 田無総合福祉センター

定員 30人(申込順)

講師 岩畔郁夫先生(田無医師会)・管理栄養士

申込 10月31日(木)までに電話で

11月の健康

健康推進課

栄養相談・健康相談

(保内線 2365~2367)

健康相談(60歳以上の市民の方対象)

日程・ところ

5日(火)・下保谷福祉会館(保22-8338)

栄養相談あり

12日(火)・ひばりが丘福祉会館(保24-0262)

15日(金)・住吉福祉会館(保21-1122)

22日(金)・富士町福祉会館(保65-9350)

26日(火)・新町福祉会館(保0422-551781)

時間 各会館とも、午後1時30分から受け付け開始

予約制

内容 栄養士による相談

申込者が少ない場合は、午後2時30分前に終了します。

健康相談

とき・ところ 15日(金)午後1時30分~2時30分・田無総合福祉センター

定員 2人(申込順)・11月13日(水)までに電話申込

内容 心療内科

栄養相談

とき・ところ 13日(水)午前9時30分~11時30分・田無総合福祉センター

定員 5人(申込順)・電話予約制

内容 栄養士による相談

育児相談

(保内線 2362~2364)

母子保健センター

11日(月)午前9時30分~11時

子育てミニ講座 はみがきできるかな、1歳4か月ころの乳児対象(10時と10時40分の2回)

保谷保健福祉総合センター

8日(金)午前9時30分~11時

子育てミニ講座 ママと遊ぶ身近なものを使って、おすわりから歩く前の乳児対象(10時と10時40分の2回)

20日(水)午前9時30分~11時

子育てミニ講座 ママと遊ぶ身近なものを使って、おすわりから歩く前の乳児対象(10時と10時40分の2回)

20日(水)午前9時30分~11時

子育てミニ講座 ママと遊ぶ身近なものを使って、おすわりから歩く前の乳児対象(10時と10時40分の2回)

子育てミニ講座 オムツとれるかな?、オムツをはずしたいと思っている方(10時と10時40分の2回)

内容 身長、体重測定

母子保健センターと保谷保健福祉総合センターでは、個別相談(保育・栄養・家族計画等)も行います。

コール田無

とき 29日(金)午前10時~11時30分

対象 乳幼児と保護者

持ち物 母子健康手帳・歯科相談は歯ブラシ

申込 当日、直接会場へ

乳幼児健康診査

(保内線 2362~2364)

対象者に個別通知します。転入の方は、事前に連絡してください。

田無会場(母子保健センター)

3~4か月児健康診査: 7日、28日(木)

1歳6か月児健康診査: 12日、26日(火)

3歳児健康診査: 6日、27日

3~4か月児健康診査: 21日(木)

1歳6か月児健康診査: 19日(火)

3歳児健康診査: 13日(水)

日(水)

保谷会場(保谷保健福祉総合センター)

3~4か月児健康診査: 21日(木)

1歳6か月児健康診査: 19日(火)

3歳児健康診査: 13日(水)

予防接種

(保内線 2361)

ツベルクリン反応検査

6日(水)午前9時30分~11時

BCG 8日(木)午前9時30分~11時

2時30分~3時30分(ツベルクリン反応検査時に指定します)

ところ 田無総合福祉センター

対象 平成14年7月31日までに生まれて、まだツベルクリン反応検査・BCG接種を受けていない生後48か月未満のお子さん

(ツベルクリン反応検査後、48時間経過後判定し、反応の陰性にBCGを1回接種)

来場はご遠慮ください。

持ち物 母子健康手帳・予防接種券

本人またはご家族が水ぼうそう等のウイルス性疾患にかかり、治つてから4週間以上経過していない場合は、接種することができません。

10月11日(金)実施のポリオ予防接種を受けられた方は接種できません。

会場の都合により、車での来場はご遠慮ください。

みんなの公園ルールを守って楽しく利用

公園は市民みんなの憩いの場です。利用者一人ひとりがルールを守り、楽しく使しましょう。

近所迷惑になる夜遊びや火遊びは、絶対やめましょう。ゴミ、犬のフンは持ち帰り、不法投棄は絶対やめましょう。

公園内で、犬を放すのはやめましょう。大きな話し声や奇声など、迷惑なことはやめましょう。

付近住民に迷惑になるため、午後10時以降の利用は控えましょう。

公園緑地課(保内線 2434)



10・11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

Table with columns for date, medical institution, and phone number. Lists various hospitals and clinics available on weekends and holidays.

~西東京市休日診療所~

上記のすべての休日に診療を行っています。診療時間...午前10時~正午、午後1時~4時、5時~9時 場所...保谷保健福祉総合センター2階 (中町1~5~1 保64-1311内線)

10・11月の休日歯科診療

受付時間...午前10時~午後4時

Table with columns for date, dental clinic, and phone number. Lists various dental clinics available on weekends and holidays.