

スローライフの実践例募集！ 〇〇家の食卓～西東京市版

皆さんの家庭で実践しているスローライフにつながる実践例を募集します。

「わが家ではこんなことをやっている」こうして環境も考えている」など、頂いた内容をまとめ、10月に開催する西東京市消費生活展で発表します。

申込 はがきに、実践例・住所・氏名・年齢・電話番号を明記のうえ、9月25日(木)(消印有効)までに〒202 0005西東京市住吉町6-1-5 消費者センターへ。

ファクスまたは直接持参も可能

消費者センター(☎25-4141 FAX25-4041)



使い古しの家庭用食用油を回収します

9月11日(木) 下記の集積所へお持ちください

回収時刻	集積所
午前9時30分	田無町地区会館・芝久保児童館
午前10時	北原地区会館・芝久保地区会館
午前10時30分	谷戸地区会館・芝久保公民館
午前11時	西原団地集積所(西原町3-7)・ゾンネンハイム(緑町1-8)柳沢第一児童遊園
午前11時30分	田無庁舎駐車場(体育館南側)

10月6日からごみ・資源物収集方式を変更します。これに伴い、今後市内全域で家庭用食用油の回収を実施するため、実施時期の変更を予定しています。詳しくは、決定後に市報等でお知らせします。
ごみ減量推進課(☎内線2221-2224)

島の物産展 (お買い物された方に記念品あり)

●9月10日・11日 午前10時～午後5時
●JR上野駅中央改札口ガレリア内

総額 1億円キャンペーン

伊豆諸島・小笠原諸島へ観光旅行する方に、宿泊費用を助成します。

期間...10月1日(水)～11月3日(月)

総額1億円に達した時点で終了します。

助成金額...1人1宿泊につき3千円(ただし、1旅行について、1島1泊に限る)

申込 希望の島の観光協会などへ

大島観光協会	04992-2-2177	小笠原村観光協会	04998-2-2587
新島観光協会	04992-5-0048	母島観光協会	04998-3-2300
式根島観光協会	04992-7-0170	利島村役場	04992-9-0011
神津島観光協会	04992-8-0321	御蔵島村役場	04994-8-2121
八丈島観光協会	04996-2-1377	青ヶ島村役場	04996-9-0111

問合せ 東京都港区町村伊豆諸島支援事業実施事務局 ☎042-384-8041

http://www.tokyo-atv.gr.jp/islands.htm

伊豆諸島・小笠原諸島
～夏から秋への東京アイランド～

(東京都市長会・特別区長会・東京都町村会)

健康

9月後半の栄養・健康相談

市民の方ならどなたでも健康よろず相談

とき・ところ 17日 (水)午後1時30分～3時

田無庁舎2階市民相談室

内容 医師による相談

栄養相談

とき・ところ 29日 (月)午後1時30分～3時

30分・保谷保健福祉総合センター

定員 5人(申込順・前日までに電話予約制)

内容 栄養士による相談

巡回健康・栄養相談

とき・ところ 24日 (水)午後1時30分～2時

30分・谷戸公民館

内容 医師・栄養士・在宅介護支援センタースタッフによる相談

健康推進課(☎内線2365)



住宅リフォームなどをお考えの方に

住宅リフォーム斡旋センターを通して、住宅増改築や修繕、貴植木、塗装、屋根など、信頼できる市内の各種職人さんをおつせんします。

あつせんを受けた後は、直接当事者間で工事の内容・費用等を打ち合わせしたうえで、依頼をしてください。

受付 午前9時～午後4時30分 消費者センター

住宅増改築相談を毎月第1金曜日(休日)に当たる場合は翌週(午後1時30分～4時、田無庁舎2階、保谷庁舎1階の両庁舎ロビーで行っています。気軽ににご相談ください。

消費者センター(☎25-4141)

風しんの予防接種を受けましょう

昭和54年4月2日(昭和62年10月1日生まれの方)

風しんとは...

風しんウイルスの飛沫感染によって起こる病気です。

潜伏期間は2～3週間です。

軽いかぜ症状で始まり、発疹・発熱などが主な症状です。「三日ばしか」とも呼ばれています。合併症として、関節痛、脳炎などが報告されています。

大人がかかること...

大人になつてからかかると、関節炎を起こすことが多くあります。また、妊婦が妊娠早期にかかると、先天性風しん症候群と呼ばれる子(心奇形、白内障、聴力障害など)が生まれる可能性があります。

接種方法

西東京市または田無市、保谷市)発行の予診票を持

つて、市内指定医療機関で予診票は本人が中学生のときにお送りしています

が、お手元がない場合は健康推進課までご連絡ください。

母子健康手帳等で未接種であることを確認したうえで発行します。

期間

平成15年9月30日(火)まで(期間を過ぎると実費がかかります)

費用

無料

その他

妊娠している方、妊娠している可能性のある方は接種することはできません。

また、接種後3か月間は避妊が必要です。

過去に風しんワクチンまたはMMR(麻しん、おたふくかぜ、風しんの混合ワクチン)を接種したことのある方は改めて接種する必要はありません

健康推進課(☎内線2361)

9月前半の休日診療

診療時間

病院...午前9時～午後10時

医院...午前9時～午後5時

医療機関(所在地・電話番号)
7日 保谷厚生病院 (栄町1-17-18 ☎24-6640)
山口医院 (田無町7-16-30 ☎62-7578)
14日 西東京中央総合病院 (芝久保町2-4-19 ☎64-1511)
廣川クリニック (東町4-8-28 JUN西東京市101 ☎25-6476)
15日 田無病院 (緑町3-6-1 ☎61-2682)
坂上医院 (南町3-17-8 ☎67-4110)

～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 ☎64-1311 内線2382)

9月前半の休日歯科診療

受付時間...午前10時～午後4時

医療機関(所在地・電話番号)
7日 長谷川歯科診療所 (田無町2-15-12 ☎62-6622)
とよき歯科 (住吉町3-11-4 ☎24-8605)
14日 村山歯科医院 (南町5-15-23 ☎63-8706)
大槻歯科医院 (北町1-4-2 ☎22-6488)
15日 岩田歯科医院 (向台町6-16-4 ☎65-4507)
ちはら歯科医院 (富士町4-15-9 ☎65-7883)

検診日程

検診日	女性	男性	会場
10月	14日(火) 15日(水) 16日(木) 20日(月) 21日(火) 23日(木) 24日(金) 29日(水) 30日(木) 31日(金)	14日(火) 16日(木) 17日(金) 21日(火) 22日(水) 24日(金) 27日(月) 29日(水)	保谷保健福祉総合センター
11月	4日(火)	5日(水)	田無総合福祉センター
11月	6日(木) 7日(金) 10日(月) 11日(火) 13日(木) 14日(金) 15日(土) 17日(月) 18日(火) 19日(水) 20日(木)	10日(月) 12日(水) 13日(木) 14日(金) 15日(土) 17日(月) 18日(火) 21日(金)	

○男女合わせて定員50人 男女合わせて定員100人

裏表

胃がん検診申込書

- 住所
- 氏名(ふりがな)性別
- 生年月日(満歳)
- 電話番号
- 検診可能日
- 備考(心臓病・糖尿病で内服中の方は記入)

50円切手
〒202-8555
西東京市役所
保谷庁舎
健康推進課 行

「はがき」記入例

とき・ところ 左表参照
検診は午前のみ実施。時間指定はできません。
対象 市内在住の30歳以上の方。ただし、次の方はご遠慮ください。
平成15年度春の胃がん検診を受診した方
妊娠中やその可能性がある方
現在、胃、十二指腸の病気で医療にかかっている方
過去、胃の手術を受けた方
食道、大腸等消化器系疾患やヘルニアで手術後初めて

この検査方法は、検査台を回転したり、寝返りを打ちながら撮影します。姿勢を維持するための握力が弱い方は、危険ですのでご遠慮ください。

内容 問診・バリウムによるエックス線検査
申込 はがきまたははがきサイズの用紙を封筒に入れて、必要事項を明記のうえ、郵送してください。1人1枚申し込み(はがき記入例参照)

・受診可能日を3日分記入してください。
・可能日どおりに受診できない場合があります。
・心臓病や糖尿病で、時間を指定された薬を服用している方は、備考欄に記入してください。
・申し込みをした方には、10月初旬に、受診票・問診票を送付します。
受付期間 9月1日(月)～12日(金)(消印有効)
送付先 〒202 8555 西東京市役所保谷庁舎健康推進課
健康推進課(☎内線2365)

平成15年度胃がん検診(秋分)

