祉センター

金)・12日(水)田無総合福

水)・31日(金)保谷保健福

11 月 7 日

とき・ところ

10 月 29 日

保谷庁舎健康推進課「離乳食

対 象

食事療法をこれ

から

糖尿病の食事療法

講習会」係へ

始める方およびその家族

ところ

田無総合福祉セン

保谷保健福祉総合

センター(11月13

日、12月11日は、

田無総合福祉セン

田無総合福祉セン

保健センター

保健福祉総合センター

水) 午前9時30分~11

17 保 26 日 谷 日

5 日

11

時 30

とき・ 栄養相

ところ

月) 午前9時30分~11時

ター)

康診査を受診した方

午後1時30分 各時間先着5

対象 平成15年度の基本健

(申込順)

-後2時 定員

健基 本

康健

相診

談の

までに〒222 855西東京市役所記し、10月22日(消印有効)

ところ

田無総合福祉セン

康

查

# 10月後半の休日診療

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) |                            |                            |  |  |
|----------------|----------------------------|----------------------------|--|--|
| 10□            | 西東京中央総合病院<br>(芝久保町2~4~19   | <b>1</b> 564 - 1511)       |  |  |
| 19日            | 保谷内科・呼吸器科クリ<br>(住吉町6~1~26  | ニック<br><b>5</b> 58 - 7870) |  |  |
| 26⊟            | 田無病院<br>(緑町3~6~1           | <b>5</b> 61 - 2682)        |  |  |
| 20日            | 湯川ウイメンズクリニッ<br>~26~9JSビル2階 |                            |  |  |

## ~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 1764-1311 内線2382)

## 10月後半の休日歯科診療

受付時間...午前10時~午後4時

| 医療機関(所在地・電話番号) |                        |                                 |  |
|----------------|------------------------|---------------------------------|--|
| 19日            | 沼澤歯科医院<br>9 T K田無ビル2階  | (田無町4~27~<br><b>25</b> 65-8841) |  |
| 190            | 腰原歯科医院<br>(住吉町6~7~8    | <b>5</b> 22 - 2121 )            |  |
| 26日            | 宮嶋歯科医院<br>(北原町2~16~21  | <b>1</b> 765 - 5438)            |  |
| 20日            | 五十嵐歯科医院<br>(富士町4~13~24 | <b>T</b> 66 - 0822)             |  |

## 個期学級のご案内

### 新米パパ・ママ集合!

西東京市在住の、初めてパパママにな る方を対象に、母親学級を開催します。 母親学級(1コース3日間)

日程 表1 費用 無料

定員 28人(申込順) 電話で申し込み

健康推進課(保予内線2362~2364)

#### 表 1 母親学級日程

応の陰

性者にBCGを1

の来場はご遠慮ください。

|              | とき                       | ところ              |
|--------------|--------------------------|------------------|
| 第<br>10<br>回 | ①10月17日(金)<br>午後1時~4時    | 保谷保健福祉総<br>合センター |
|              | ②10月24日(金)<br>午前10時~午後1時 | 田無総合福祉セ<br>ンター   |
| _            | ③10月27日(月)<br>午後1時~4時    | 保谷保健福祉総<br>合センター |
| 第<br>11<br>回 | ①11月10日(月)<br>午後1時~4時    | 保谷保健福祉総<br>合センター |
|              | ②11月21日(金)<br>午前10時~午後1時 | 田無総合福祉セ<br>ンター   |
|              | ③11月28日(金)<br>午後1時~4時    | 保谷保健福祉総<br>合センター |
|              |                          |                  |

ところ 時30分~3時 とき 乳 11月5日(水) 6~8か月児 -期・後期食のお話 田無総合福祉セ 食 講 習

教室名

講演会・運動実技・

歯科指導・調理実

高脂血症 予防教

講演会・運動実技・

歯科指導・調理実

カラダと心のケア

医師・臨床心理士

講演会、運動実技

前10時30分と11時の2回

るかな」(予約不要)

とき・ところ

17 日

若返り塾

室

(全6回)

(全6回)

(全4回)

午後 会

どの相談を受け付けます。 さらに詳しく相談したいこと、 康診査の結果で気になること、 申込 健康推進課 事や生活習慣の改善方法な 各日程の前日までに (保口内線 2366

会)、栄養士、保健師が基本健 内 容 医師 ( 西東京市医師

# 11月の講演会(直接会場にお越しください)

[ 会場]田無総合福祉センター/[ 時間] 午後1時30分~3時30分

| 11月4日(火)<br>荻田啓子医師<br>(西東京市医師会・おぎた内科クリニック)      |
|---|
| 11月 5 日(水)<br>指田純医師(西東京市医師会・指田医院)               |
| 11月7日(金)<br>瀬在秀一医師<br>(西東京市医師会・佐々総合病院)          |
| 11月10日(月) 午後2時~3時<br>須貝佑一医師(浴風会病院・精神科)          |
| 11月13日(木)<br>武井司医師<br>(西東京市医師会・田無病院)            |
| 12月2日(火)<br>内科医師                                |
| 11月14日(金)<br>湯川澄江医師<br>( 西東京市医師会・湯川ウィメンズクリニック ) |
|   |

対 象

40~60歳の方で

今年度健康診査

痛のある方はご

30歳以上の女

性、更年期症状

でお悩みの方

から開所しています。

体重測定希望の方は、

9

参加者同士の交流

内容 簡単なストレッ

遠慮ください

膝

持つ保護者

対 象

を受けた方

臓病、腰痛、

60歳以上

健康推進課 (保力内線2362

電話で予 申込 講師 健康推進課 (保口内線 11月6日 (木)まで管理栄養士、保健師 10 人 (申込順)

2366

11月10日(月)午後2時~3時

11月17日(月)午前9時30分~正午

11月19日(水)午前10時~午後2時

12月1日(月)午前9時30分~正午

12月8日(月)午前9時30分~正午

12月15日(月)午前9時30分~正午

11月20日(木)午前9時30分~正午

11月27日(木)午前9時30分~正午

12月 4日(木)午前 9時30分~正午

12月11日(木)午前10時~午後2時

12月18日(木)午前9時30分~正午

11月21日(金)午後1時30分~4時

12月 5日(金)午後1時30分~4時

とき・ところ

総合センター 前10 時~11

11月14日(金)午後1時30分~2時30分

11月28日(金)午後1時30分~4時30分

11月13日(木)午後1時30分~3時30分

氏名(親と子、ふりがな)・乳 申込 往復はがきに住所・ 歯科のお話 20

健

康

10時~11時30分 糖 尿 病 予 防 1 (金) 講 午前

座

の健

まで 〒 202 ディアの 855西東京市役所保谷庁舎健康推進課へ年齢・電話番号を明記し、10月24日(金)(消印有効) 健康推進課 (保)口房23)

育児相談

とき・ところ

12 時

旦

込)はがきに希望の教室名・住所・氏名・生年月日 (定員 各30人・抽選)

月の

(**四**内線 2362 2364

月の

時~11時30分・母子保健センター ママサロン (電話予約制) ル田無 21日 (金)午前10時~11時 子育でミニ講座「はみがきでき 時30分・保谷保健福祉100円 (水)午 歳4か月ごろの幼児 17月(月)午前10 3か月の乳児を 12日(水) ・チ体操、 I・母子保 I (月)午 )時30分 歯科相 個別相 母 ン 対ター え る ろ 総合センター 10日(月)午後1時30分センター 後、48時間か月未満( 9時30分 リン反応な 接種を受: までに生まれて、まだツベ 1時~2 ター ) てください 前日まで 13 ルクリン反応検査・BCG B 時日 C G 火 入の方式 日(火 旦 27 3 4 田無会場 (母子保健セン 旦 月の 歳 25 日(木) 各日5人(申込順・ クリン反応検査 か月児健康診査. に電話予約制) 間経過後判定し、 口(火) か月児健康診査 **宋養士による相談** に個別通知しま 午前9時30分~ 事前に連絡し

クリン反応検査 けていない生後48 平成15年7月31日 検査時に指定しま 時30分 ( ツベルク ~11時または午後 のお子さん 田無総合福祉セ 6日(木)午前 予診票 いる場合、接種できないこ 検査が必要になります) とがあります。 持ち物 ステロイド剤を使用して 会場の都合により、車で

は、接種することができま 間以上経過していない場合 うそう等のウイルス性疾患 にかかり、治ってから4週 本人またはご家族が水ぼ

ルクリン反応検査によりB 回接種します。 過去にツベ CG接種が出来なかった方 再度ツベルクリン反応

(**公**内線2361

18日(火) 総合センター) 19日 (水) 20日 (木) 3歳児健康診査...5日、 3~4か月児健康診査. 1歳6か月児健康診査

談は歯ブラシ 持ち物 母子健康手帳・対象 乳幼児と保護者

申 込

当日

直接会場へ

談 (保育・栄養等) 実施

内容 身長・体重測定、

水) 保谷会場(保谷保健福祉 歳児健康診査... 12

(口内線2362 2364

市民の方ならどなたでも

(水)午前9時30分 分・田無総合福祉 祉会館 ~2時30分・ひばりが丘福 宅介護支援センター スタッ フによる相談 内容 医師、栄養士、在 14日 (金)午後1時30分 とき・ところ

(**古**内線 2365 2367

巡回健康・栄養相談

母子健康手帳、