

健康

申込・問合せ：健康推進課
 (☎64-1311-202
 西東京市役所保合庁舎) 8555

糖尿病講座

とき 6月11日(金)午前10時~11時30分
 ところ 田無総合福祉センター
 対象 食事療法をこれから始める方およびその家族
 定員 10人(申込順)
 内容 糖尿病の食事療法
 講師 管理栄養士、保健師
 申込 6月10日(木)までに電話で予約
 健康推進課(☎☎内線2366)

高脂血症予防教室

上手にへらそう!コレステロール
 とき 6月17日(木) 6月24日(木) 7月1日(木) 7月8日(木) 7月15日(木) 7月22日(木) 9月9日(木) 10月7日(木) 11月1日(月) 11月4日(木) 全11回
 内容・時間 講演会：午後

マタニティ講演会

父母、祖父母になる方へ
 これから赤ちゃんを迎える方、出産前後の心と体は?周りの人はママになる人をどう支えたいの?専門の先生のお話を聞いてみませんか。
 とき 6月7日(月)午後1時30分~3時40分
 ところ 田無総合福祉センター
 対象 妊婦、その家族(父・祖父母になる方)
 講師 畑中諭先生(産科) 健康推進課(☎☎内線2362)

母親学級・両親学級

市内在住の、初めてパパママになる方を対象に、母親学級・両親学級を開催します。
 母親学級(1コース3日間) 日程 表1参照。時間は、田無総合福祉センター会場が午前10時~午後1時、保谷保健福祉総合センター会場が午後1時~4時
 定員 28人(申込順)
 申込 電話で申し込みください。
 両親学級(1コース半日) 日程 表2参照
 ところ 保谷保健福祉総合センター

離乳食講習会

とき 6月16日(水)午後1時20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
 内容 中期・後期食のお話
 申込 往復はがきに住所・氏名(親と子、ふりがな)・乳

6月前半の栄養・健康相談

市民の方ならどなたでも
 栄養相談
 とき・ところ 2日(水) 午前9時30分~11時30分・田無総合福祉センター 14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 各日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

6月の育児相談

育児相談
 とき・ところ 14日(月)午前9時30分~11時・母子保健センター/9日・23日(水)午前9時30分~11時・保谷保健福祉総合センター
 内容 身長、体重測定、個別相談(保育・栄養等)実施
 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
 子育てミニ講座
 とき・ところ 内容 14日(月)午前10時20分と11時の2回・母子保健センター・「ごはんが待てない時に」 9日(水)午前10時20分と11時の2回・保谷保健福祉総合センター
 「ごはんが待てない時に」 23日(水)午前10時20分と11時の2回・保谷保健福祉総合センター
 「歯がはえてきたね」

6月の予防接種

ポリオ予防接種
 田無総合福祉センター 18日(金)午後1時15分~2時
 保谷保健福祉総合センター 21日(月)~22日(火)午後1時15分~2時
 対象 生後3か月から90か月未満で、まだポリオ接種を2回済ませていない乳幼児
 持ち物 母子健康手帳、予防票
 本人またはご家族が突発性発疹、麻疹、水ぼうそう

6月の育児相談

育児相談
 対象 は1歳頃の幼児を持つ保護者 7~8か月頃の乳児を持つ保護者
 ママサロン(電話予約制) とき・ところ 9日(水)午前10時~11時30分・保谷保健福祉総合センター
 対象 生後2~3か月の乳児を持つ保護者
 持ち物 動きやすい服装・お子さんに必要なもの・敷物
 用タオル
 内容 ストレッチ体操等
 体重測定希望者の方は、9時30分から開所してあります。

5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)	
16日	佐々総合病院 (田無町4-24-15 ☎61-1535) 鈴木医院 (向台町2-7-3 ☎61-2102)
23日	保谷厚生病院 (栄町1-17-18 ☎24-6640) ノーブルピククリニック (ひばりが丘北3-5-19 ☎24-5678)
30日	西東京中央総合病院 (芝久保町2-4-19 ☎64-1511) 安部医院泉町分院 (泉町2-16-11 ☎21-2220)

~ 西東京市休日診療所 ~
 上記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...西東京市中町分庁舎 (中町1-1-5 ☎24-3331)

5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)	
16日	松田デンタルクリニック (田無町4-4~15宮田ビル2階 ☎65-6480) 山本歯科医院 (ひばりが丘1-3-2永山ビル1階 ☎21-1182)
23日	神田歯科医院 (緑町3-5-30タケミクオリティハイム ☎66-3234) 大槻歯科医院 (北町1-4-2 ☎22-6488)
30日	天野歯科医院 (南町2-8-8 ☎61-8672) 三浦歯科医院 (ひばりが丘北3-5-22野島ビル3階 ☎22-1870)

6月の乳幼児健康診査
 対象者に個別通知します。転入の方は、事前に連絡をしてください。
 田無会場(母子保健センター) 3~4か月児健康診査... 10日・24日(木) 1歳6か月児健康診査... 15日(火)
 3歳児健康診査... 9日・30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... 3日・17日(木) 1歳6か月児健康診査... 8日・29日(火)
 3歳児健康診査... 2日・16日(水)

6月の育児相談
 育児相談
 とき・ところ 14日(月)午前9時30分~11時・母子保健センター/9日・23日(水)午前9時30分~11時・保谷保健福祉総合センター
 内容 身長、体重測定、個別相談(保育・栄養等)実施
 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
 子育てミニ講座
 とき・ところ 内容 14日(月)午前10時20分と11時の2回・母子保健センター・「ごはんが待てない時に」 9日(水)午前10時20分と11時の2回・保谷保健福祉総合センター
 「ごはんが待てない時に」 23日(水)午前10時20分と11時の2回・保谷保健福祉総合センター
 「歯がはえてきたね」

