

健康

健康推進課の電話番号は、代表で☎64・1311です。代表番号をお掛けのうえ、内線番号をお伝えください。申し込みのあて先は(〒202-8555 西東京市役所保谷庁舎健康推進課)です。

糖尿病講座

とき 4月8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 4月7日(木)までに電話で予約
健康推進課(☎内線2366)

骨粗しょう症予防教室

始めよう!骨元気生活、とき・内容 別表参照
ところ 保谷保健福祉総合センター
対象 18歳~59歳の女性
60~70歳の女性



	18~59歳	60~70歳
1日目	医師講演・管理栄養士講演 4/25(月)午後1時30分~4時	
2日目	骨密度測定、個別結果相談 4/26(火)午後1時30分~4時	
3日目	歯科講座、運動実技 5/9(月)午前9時~正午	5/10(火)午前9時~正午

会場 = 田無総合福祉センター

	女性(人)	男性(人)	女性(人)	男性(人)
5月	9日(月)...50	23日(月)...50	23日(木)...50	27日(月)...25
	18日(水)...50	24日(火)...50	24日(金)...50	28日(火)...25
	20日(金)...50	25日(水)...25	27日(月)...25	30日(木)...25
	25日(水)...25	27日(金)...25	28日(火)...25	
	27日(金)...25		30日(木)...25	
	30日(月)...50		1日(金)...25	1日(金)...25
	31日(火)...50		4日(月)...25	4日(月)...25
6月	3日(金)...50	13日(月)...25	5日(火)...25	5日(火)...25
	6日(月)...50	14日(火)...25	6日(水)...25	6日(水)...25
	7日(火)...50	15日(水)...25	16日(木)...25	
	10日(金)...50	16日(木)...25	17日(金)...25	
	13日(月)...25			
	14日(火)...25			
	16日(木)...25			
17日(金)...25				
20日(月)...50				
21日(火)...50				
22日(水)...50				

裏「はがき」記入例表

胃がん検診申込書
1 住所
2 氏名 (フリガナ)
3 生年月日(男・女)(満 歳)
4 電話番号
5 胃がん検診可能日 月/日/月/日
6 備考(心臓病・糖尿病等で内服中の方は記入する)

50円切手
〒202-8555
西東京市役所 保谷庁舎 健康推進課 行

定員 110人
すでに、骨粗しょう症治療中の方は遠慮ください。保育を希望の方は、はがきに明記してください。
田無会場実施日は6月1日号でご案内します。
申込 往復はがきに住所・氏名(ふりがな)・生年月日・年齢・電話番号を明記し、3月26日(土)(消印有効)までに「骨粗しょう症予防教室」係へ
健康推進課(☎内線2367)

とき・ところ・定員 別表参照。検診は午前のみ実施。時間指定はできません。対象 30歳以上の市内在住の方。ただし、次の方はご遠慮ください。
過去1年以内に胃の検査を受けている方、受ける予定の方
妊娠中または疑いのある方
誤嚥したことがある方
肺炎を起こしやすい方

むせやすい方、飲み込む力が弱っている方、自分の力で立つていけない方、両手で体重を支えられない方、寝返りに時間がかかる方、寝返りに介助が必要な方、胃腸の調子が悪い方、胃かいよう等で胃を切除した方、現在、胃および十二指腸などの病気で医療機関で治療中の方、経過をみている方

3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)	
20日	西東京中央総合病院 (芝久保町2~4~19 ☎64-1511) 田村医院 (田無町7~3~17 ☎61-8441)
21日	田無病院 (緑町3~6~1 ☎61-2682) 保谷内科・呼吸器科クリニック (住吉町6~1~26 ☎58-7870)
27日	佐々総合病院 (田無町4~24~15 ☎61-1535) すぎはらこどもクリニック (西原町5~1~17 ☎51-8680)

~西東京市休日診療所~

上記の休日の全ての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)

3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)	
20日	南田歯科医院 (南町1~5~9 田無富士マンション1 ☎67-5122) 松尾歯科医院 (柳沢3~2~5 ☎61-8711)
21日	新倉歯科医院 (芝久保町1~8~2 ☎67-3361) 浅野歯科医院 (ひばりが丘1~3~3 ☎21-1868)
27日	松川歯科医院 (田無町3~9~7 第一不二ホームズ208 ☎65-5881) 三浦歯科医院 (ひばりが丘北3~5~2 野島ビル3階 ☎22-1870)

表1 母親学級

日 時	会 場
4月4日(月) 午後1時~4時	保谷保健福祉総合センター
4月13日(水) 午前10時~午後1時	田無総合福祉センター
4月18日(月) 午後1時~4時	保谷保健福祉総合センター
5月13日(金) 午後1時~4時	保谷保健福祉総合センター
5月20日(金) 午前10時~午後1時	田無総合福祉センター
5月27日(金) 午後1時~4時	保谷保健福祉総合センター

表2 両親学級

日 時	はがき申込締切
4月23日(土) 午後1時15分~4時	3月23日(水)(消印有効)まで
5月28日(土) 午前9時15分~正午	4月28日(木)(消印有効)まで

母親学級・両親学級
市在住の、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)とき・ところ 表1
定員 28人(申込順)
申込 電話で
両親学級(1コース半日)とき 表2
ところ 保谷保健福祉総合センター

申込方法 はがき(はがきサイズの用紙を封筒に入れたもので可)に、必要事項を記入し、郵送してください。
一人1枚で申し込みください。(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。
可能日どりに受診できない場合があります。また、定員を超えた場合には、秋の胃がん検診を再度申し込みいただく場合があります。あらかじめご了承ください。
申込をした方には、4月中旬に、受診票・問診票を送付します。
申込受付期間 4月5日(火)(消印有効)
送付先 健康推進課へ
健康推進課(☎内線2365)

前にバリウムを飲んで気分が悪くなったり嘔吐したことがある方
以前にバリウムを飲んだ後、バリウムが出なくて困ったことのある方、腸閉塞を起こしたことがある方
また、次に該当する方は、検診受診前に、必ず主治医にご相談ください。
外科、泌尿器科、婦人科等でおなかの手術や放射線治療をしたことがある方
特に
・手術後、初めてバリウムを飲む方
・手術後、時々、お腹が張ったり、痛んだりする方
・手術後、便秘気味の方
糖尿病で治療中の方
肺、胸郭の手術後の方、呼吸機能が低下している方
就寝時、朝食前後にまたは午前中に薬を服用している方
内容 問診・バリウムによるエックス線検査

申込方法 はがき(はがきサイズの用紙を封筒に入れたもので可)に、必要事項を記入し、郵送してください。
一人1枚で申し込みください。(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。
可能日どりに受診できない場合があります。また、定員を超えた場合には、秋の胃がん検診を再度申し込みいただく場合があります。あらかじめご了承ください。
申込をした方には、4月中旬に、受診票・問診票を送付します。
申込受付期間 4月5日(火)(消印有効)
送付先 健康推進課へ
健康推進課(☎内線2365)

4月前半の健康・栄養相談
市民の方ならどなたでも
栄養相談
とき・ところ 6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)
内容 栄養士による相談

4月の予防接種
ポリオ予防接種
とき・ところ 21日(木) 22日(金)午後1時15分~2時
保谷保健福祉総合センター
とき・ところ 25日(月) 26日(火)午後1時15分~2時
田無総合福祉センター
対象 生後3か月から90か月未満で、まだポリオ接種を2回済ませていないお子さん
持ち物 母子健康手帳、予防票
BCG予防接種
とき・ところ 4日(月) 午前9時30分~11時
田無総合福祉センター
対象 生後3か月以上6か月未満の乳幼児
持ち物 母子健康手帳、予防票、長袖の上着、髪の毛をまとめるピン・ゴム等
4月から、結核予防法の改正により、接種対象年齢が満6か月未満に引き下げられます。平成16年10月までに生まれ未接種の方は、必ず3月中に接種を済ませてください。

申込方法 はがき(はがきサイズの用紙を封筒に入れたもので可)に、必要事項を記入し、郵送してください。
一人1枚で申し込みください。(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。
可能日どりに受診できない場合があります。また、定員を超えた場合には、秋の胃がん検診を再度申し込みいただく場合があります。あらかじめご了承ください。
申込をした方には、4月中旬に、受診票・問診票を送付します。
申込受付期間 4月5日(火)(消印有効)
送付先 健康推進課へ
健康推進課(☎内線2365)

4月の予防接種
ポリオ予防接種
とき・ところ 21日(木) 22日(金)午後1時15分~2時
保谷保健福祉総合センター
とき・ところ 25日(月) 26日(火)午後1時15分~2時
田無総合福祉センター
対象 生後3か月から90か月未満で、まだポリオ接種を2回済ませていないお子さん
持ち物 母子健康手帳、予防票
BCG予防接種
とき・ところ 4日(月) 午前9時30分~11時
田無総合福祉センター
対象 生後3か月以上6か月未満の乳幼児
持ち物 母子健康手帳、予防票、長袖の上着、髪の毛をまとめるピン・ゴム等
4月から、結核予防法の改正により、接種対象年齢が満6か月未満に引き下げられます。平成16年10月までに生まれ未接種の方は、必ず3月中に接種を済ませてください。

4月の予防接種
ポリオ予防接種
とき・ところ 21日(木) 22日(金)午後1時15分~2時
保谷保健福祉総合センター
とき・ところ 25日(月) 26日(火)午後1時15分~2時
田無総合福祉センター
対象 生後3か月から90か月未満で、まだポリオ接種を2回済ませていないお子さん
持ち物 母子健康手帳、予防票
BCG予防接種
とき・ところ 4日(月) 午前9時30分~11時
田無総合福祉センター
対象 生後3か月以上6か月未満の乳幼児
持ち物 母子健康手帳、予防票、長袖の上着、髪の毛をまとめるピン・ゴム等
4月から、結核予防法の改正により、接種対象年齢が満6か月未満に引き下げられます。平成16年10月までに生まれ未接種の方は、必ず3月中に接種を済ませてください。

4月の予防接種
ポリオ予防接種
とき・ところ 21日(木) 22日(金)午後1時15分~2時
保谷保健福祉総合センター
とき・ところ 25日(月) 26日(火)午後1時15分~2時
田無総合福祉センター
対象 生後3か月から90か月未満で、まだポリオ接種を2回済ませていないお子さん
持ち物 母子健康手帳、予防票
BCG予防接種
とき・ところ 4日(月) 午前9時30分~11時
田無総合福祉センター
対象 生後3か月以上6か月未満の乳幼児
持ち物 母子健康手帳、予防票、長袖の上着、髪の毛をまとめるピン・ゴム等
4月から、結核予防法の改正により、接種対象年齢が満6か月未満に引き下げられます。平成16年10月までに生まれ未接種の方は、必ず3月中に接種を済ませてください。

平成17年度健康事業ガイドが配布されます
平成17年度の健康事業ガイドが4月1日号の市報に折り込まれます。
母子保健・成人保健それぞれの、年間の事業予定が掲載されています。ぜひご覧ください。
健康推進課(☎内線2365)

4月の予防接種
ポリオ予防接種
とき・ところ 21日(木) 22日(金)午後1時15分~2時
保谷保健福祉総合センター
とき・ところ 25日(月) 26日(火)午後1時15分~2時
田無総合福祉センター
対象 生後3か月から90か月未満で、まだポリオ接種を2回済ませていないお子さん
持ち物 母子健康手帳、予防票
BCG予防接種
とき・ところ 4日(月) 午前9時30分~11時
田無総合福祉センター
対象 生後3か月以上6か月未満の乳幼児
持ち物 母子健康手帳、予防票、長袖の上着、髪の毛をまとめるピン・ゴム等
4月から、結核予防法の改正により、接種対象年齢が満6か月未満に引き下げられます。平成16年10月までに生まれ未接種の方は、必ず3月中に接種を済ませてください。

