

健康

健康推進課(☎内線2363)
申込・問合せ:健康推進課
(☎64-1311-202)
8555西東京市役所保谷庁舎

10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

Table with 2 columns: Date (2日, 9日, 10日) and Medical Institution (Location, Phone Number). Includes 西東京中央総合病院, 村市医院, 田無病院, etc.

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

10月前半の休日歯科診療

受付時間...午前10時~午後4時

Table with 2 columns: Date (2日, 9日, 10日) and Dental Clinic (Location, Phone Number). Includes こみね歯科, 清水歯科, etc.

リサイクル市
11月6日(日)
「リサイクル市」フリーマーケット出店者募
出店場所 保谷庁舎北側駐車場
出店資格 市内在住のリサイクルに関心のある個人・団体(業としてしている方は除く)

西東京市民フォーラム
「100歳で現役をめざす健康づくり」
~介護予防・みんなで話そう、考えよう~
「介護予防」とは、要介護状態になることをできるだけ予防し、要介護状態になっても状態が悪化しないようにすることをいいます。

5歳児歯科
永久歯を迎える準備はできましたか?
まもなく初めての大人の歯がはえてきます。かかりつけの歯医者さんで、定期的に歯のチェックをしていますか。

むし歯予防のための歯科相談
乳歯を守るうえで、定期的な歯科相談室を開設し、定期的な歯の健診等を行っています。
および保谷保健福祉総合センター 住所別地区分けあり

中期・後期食のお話
内容 中期・後期食のお話と試食、歯科のお話
申込 往復はがきに住所・氏名親と子、ふりがな(乳児の生年月日・電話番号を明記し、10月19日水×消印有効)
健康推進課(☎内線2362)

乳がん自己検診講座
乳がんは、自分でみつけれられるがんの一つ。日常の自己管理の方法を学びませんか?
とき 10月27日(木)午前10時~11時30分
ところ 保谷保健福祉総合センター
定員 20人
内容 保健師による講話・乳房モデルによる体験学習
申込 前日までに電話予約
健康推進課(☎内線2367)

減量方法をみつけませんか?
とき 10月18日(火)午後1時~3時
ところ 田無総合福祉センター
定員 30人
講師 新出真理氏(ヘルスサポート研究会カナン代表)
申込 当日直接会場へ
健康推進課(☎内線2365)

高血圧予防教室
とき・内容 1日目:11月8日(火)午後1時30分~4時30分
講演会(医師、管理栄養士)
2日目:11月15日(火)午前9時30分~午後4時
調理実習、運動実技
3日目:11月22日(火)午後1時30分~4時
個別相談
ところ 田無総合福祉センター
対象 1年以内に医療機関等で健康診査を受けた方
定員 30人
申込 はがきに住所・氏名(ふりがな・年齢・電話番号を明記し、10月10日祝×消印有効)
までに高血圧予防教室係へ
健康推進課(☎内線2367)

基本健康診査後の健康相談会 田無会場
健康結果をもとに、結果の読み方や個々に適した食生活・運動方法をアドバイスします。
とき・ところ 10月17日(月)・28日(金)・31日(月)・田無総合福祉センター
受付時間・定員 午前9時15分~9時45分 10時15分~10時45分
午後1時15分~1時45分
2時15分~2時45分 3時15分~3時45分
各5人(申込順)
対象 平成17年度集団基本健康診査を受診された方
内容 医師・栄養士・健康運動指導士・保健師による個別相談
申込 前日までに電話予約
保谷会場は10月15日号でお知らせします
健康推進課(☎内線2367)

【保護者の方へ】予防接種法改正(麻しん風しん予防接種について)
平成18年4月1日から、予防接種法施行令の改正に伴い、麻しん風しんの接種対象者と接種回数が変わります。
現行制度 麻しん・風しん:生後12か月以上90か月未満に各1回接種
新制度 麻しん風しん混合:第1期:生後12か月以上24か月未満に1回接種
第2期:生後12か月以上24か月未満に1回接種
健康推進課(☎内線2361)

10月後半の栄養相談・健康相談
市民の方ならどなたでも栄養相談
とき・ところ 17日 午後1時30分~3時・田無庁舎2階市民相談室前
内容 医師による相談
保健師による血圧測定・健康相談
直接会場へ
この日の健康相談
とき・ところ 21日(金)午後1時30分~3時・田無庁舎2階市民相談室前
内容 医師による相談
保健師による血圧測定・健康相談
直接会場へ
この日の健康相談
とき・ところ 21日(金)午後1時30分~2時30分・保谷保健福祉総合センター
定員 2人(申込順・電話予約制・締切:19日水)
内容 医師による相談

胸部検診(予備日程)を行います
春の検診の予備日程として2日間のみ実施します。今年度まだ受けていない方はご利用ください。なお、春の検診で受診した方、集団基本健康診を受けた方は対象外です。
とき・ところ 10月19日(水)・田無総合福祉センター/24日(月)・保谷保健福祉総合センター
受付時間 午前9時30分~11時、午後1時30分~3時
対象 40歳(昭和41年3月31日生まれ)以上で集団基本健康診を受けていない方、春の検診を受けていない方
健康推進課(☎内線2367)

「100歳で現役をめざす健康づくり」グループ発表・意見交換
とき 10月20日(木)午後2時~4時30分(午後1時30分開場)・こもれびホール
定員 50人(申込順)
内容 グループ討論「100歳で現役」をめざす健康づくり グループ発表・意見交換
申込 10月14日(金)までに電話で、住所・氏名・電話番号をお知らせください。
高齢福祉課(☎内線2337)

10月後半の栄養相談・健康相談
市民の方ならどなたでも栄養相談
とき・ところ 17日 午後1時30分~3時・田無庁舎2階市民相談室前
内容 医師による相談
保健師による血圧測定・健康相談
直接会場へ
この日の健康相談
とき・ところ 21日(金)午後1時30分~2時30分・保谷保健福祉総合センター
定員 2人(申込順・電話予約制・締切:19日水)
内容 医師による相談

胸部検診(予備日程)を行います
春の検診の予備日程として2日間のみ実施します。今年度まだ受けていない方はご利用ください。なお、春の検診で受診した方、集団基本健康診を受けた方は対象外です。
とき・ところ 10月19日(水)・田無総合福祉センター/24日(月)・保谷保健福祉総合センター
受付時間 午前9時30分~11時、午後1時30分~3時
対象 40歳(昭和41年3月31日生まれ)以上で集団基本健康診を受けていない方、春の検診を受けていない方
健康推進課(☎内線2367)

10月後半の栄養相談・健康相談
市民の方ならどなたでも栄養相談
とき・ところ 17日 午後1時30分~3時・田無庁舎2階市民相談室前
内容 医師による相談
保健師による血圧測定・健康相談
直接会場へ
この日の健康相談
とき・ところ 21日(金)午後1時30分~2時30分・保谷保健福祉総合センター
定員 2人(申込順・電話予約制・締切:19日水)
内容 医師による相談

胸部検診(予備日程)を行います
春の検診の予備日程として2日間のみ実施します。今年度まだ受けていない方はご利用ください。なお、春の検診で受診した方、集団基本健康診を受けた方は対象外です。
とき・ところ 10月19日(水)・田無総合福祉センター/24日(月)・保谷保健福祉総合センター
受付時間 午前9時30分~11時、午後1時30分~3時
対象 40歳(昭和41年3月31日生まれ)以上で集団基本健康診を受けていない方、春の検診を受けていない方
健康推進課(☎内線2367)

10月後半の栄養相談・健康相談
市民の方ならどなたでも栄養相談
とき・ところ 17日 午後1時30分~3時・田無庁舎2階市民相談室前
内容 医師による相談
保健師による血圧測定・健康相談
直接会場へ
この日の健康相談
とき・ところ 21日(金)午後1時30分~2時30分・保谷保健福祉総合センター
定員 2人(申込順・電話予約制・締切:19日水)
内容 医師による相談