



健康イキイキ!



市役所電話 ☎464 - 1311

事業名	日時	場所	対象	定員	内容等	申込方法等	問合せ
糖尿病講座	4月6日(金)午前10時～11時30分	保谷保健福祉総合センター	糖尿病もしくは境界域で食事療法をこれから始める方および家族	10人(申込順)	糖尿病の基礎知識、食事のとり方に関するお話 講師：保健師、管理栄養士	前日までに電話予約	健康推進課 ☎内線2364
一般 栄養相談	4月11日(水) 午前9時15分～11時30分	田無総合福祉センター	生活習慣病等についての栄養相談を希望する方	各日5人(申込順)	生活習慣病(肥満・糖尿病・高脂血症等)の食事について管理栄養士による相談	前日までに電話予約	健康推進課 ☎内線2364
	4月16日(月) 午後1時15分～3時30分	保谷保健福祉総合センター				4月13日までに電話予約	
	4月25日(水) 午前9時15分～11時30分	田無総合福祉センター				前日までに電話予約	
地域活動 栄養士会	各月2回程度午前10時～正午	田無総合福祉センター	市内在住で栄養士・管理栄養士の資格を有する60歳位までの方、地域の健康づくりに関心のある方	—	定例会、研修会、料理教室の講師等	随時、電話で受付	健康推進課 ☎内線2364
子宮がん検診	個別 6月1日(金)～9月29日(土)	市内指定医療機関(受診券に明記)	平成20年3月31日現在で20歳以上の偶数年齢の女性で市民の方	—	子宮頸部細胞診検査(不正出血等自覚症状がある場合は、医師の指示で子宮体部細胞診検査)(検診費用無料)	申込期間：4月1日～24日(消印有効) 4月1日号広報折込の「西東京市健康事業ガイド」の申込専用はがきにて申込み	健康推進課 ☎内線2363
乳がん検診	個別 6月1日(金)～平成20年2月29日(金)の間の指定された期間	・佐々総合病院 ・西東京中央総合病院 ・複十字病院	平成20年3月31日現在で40歳以上の偶数年齢の女性で市民の方	予定人数 4,300人	視触診とマンモグラフィ(乳房のエックス線撮影)の併用検診(検診費用無料)	申込期間：4月1日～24日(消印有効) 4月1日号広報折込の「西東京市健康事業ガイド」の専用申込はがきにて申し込み	健康推進課 ☎内線2363
女性 女性の元気!応援講座「プチ不調を吹き飛ばそう～からだ編～」	5月15日(火) 午後1時～4時30分	田無総合福祉センター	60歳までの女性で市民の方	50人(抽選)	更年期の女性の体(湯川澄江：湯川ウィメンズクリニック・西東京市医師会) かづきメイクで心も元気(西奈まるか：REIKO KAZUKI専属講師)	4月25日(消印有効)「はがき記入例」を参考に往復はがきで女性の元気応援講座担当まで	健康推進課 ☎内線2365
母親学級(3日間・1コース)	第2コース 4月27日(金) 午後1時～4時10分	保谷保健福祉総合センター	初めて母親になる市内在住の妊娠6～8か月頃の方	28人(申込順)	妊娠中の生活、マタニティエクササイズ	4月20日までに電話予約	健康推進課 ☎内線2366・2367
	5月9日(水) 午前10時～午後1時	田無総合福祉センター			栄養の話、マタニティクッキング		
	5月14日(月) 午後1時～4時10分	保谷保健福祉総合センター			妊娠中の歯の健康、新生児の世話、沐浴実習		
母子健康 手帳の交付	平日の月～金曜日 午前8時30分～午後5時まで	保谷保健福祉総合センター(健康推進課)・田無総合福祉センター・田無庁舎(市民課)・各出張所	妊婦	—	初妊婦の方やご相談のある方は、保健師が常駐している保谷保健福祉総合センターにご来所ください。必要な方には妊婦訪問も行っています。	妊娠が医療機関で確認されたら速やかにご来所ください。	健康推進課 ☎内線2366・2367
むし歯予防のための歯科相談～乳歯を守ろう～	申込み後個別に通知します	母子保健センターおよび保谷保健福祉総合センター(地区ごとに振り分け)	1歳6か月児(1歳6か月児歯科健診終了者)～3歳未満の幼児	実施日ごとに設定	定期的に歯科健診、相談、また必要に応じて予防処置を行います	下記記入例のように往復はがきに記入のうえ、健康推進課「歯科相談担当」あて郵送。	健康推進課 ☎内線2365
子ども むし歯予防のための歯科相談申し込み「はがき」記入例①	<p style="text-align: center;">往 信</p> <p>おもて</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <input type="checkbox"/> 〒202-8555 西東京市中町1-5-1 西東京市役所 健康推進課 『歯科相談担当』あて </div> <p>うら</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 『乳幼児歯科相談申込み』 ご住所 保護者の名前 日中連絡のつく電話番号 お子さんの名前・フリガナ お子さんの生年月日 最後に受診した歯科健診の日付または時期 </div>				<p style="text-align: center;">返 信</p> <p>おもて</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <input type="checkbox"/> 返信先の宛先を記入してください </div> <p>うら</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <input type="checkbox"/> 未記入のままお出しください </div>		
	新生児・産婦訪問	希望があった方に、電話で日程調整をさせていただきます	ご家庭に助産師または保健師が訪問させていただきます	生後60日までの新生児および産婦	—	出産、育児に関する相談 および指導	母子の健康ファイル(母子健康手帳交付時に配布)に同封の出生通知票を郵送してください。電話でも可
ことばの発達・発音等に心配のある子どもの言語訓練・相談	4月23日(月)午後1時30分	教育相談課(保谷庁舎4階)	5歳～12歳くらい	12人(申込順)	1人15分程度相談・指導：長濱ヒサ先生(言語訓練士)	4月16日(月)までに電話申し込み	教育相談課 ☎425-4972

休日診療	医 科			歯 科	
	診療時間	午前9時～午後10時	午前9時～午後5時	午前10時～12時 午後1時～4時 午後5時～9時	午前10時～午後4時
1日	田無病院 緑町3-6-1 ☎461-2682	すがひろ内科クリニック 南町4-3-2 サウスタウンビル2階 ☎464-3226	西東京市休日診療所 中町1-1-5 ☎424-3331	村山歯科医院 南町5-15-23 ☎463-8706	五十嵐歯科医院 富士町4-13-24 ☎466-0822
8日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎461-1535	山口医院 田無町7-16-30 ☎462-7578	上記診療所では、 歯科診療は行って おりません。	伊藤歯科医院 南町5-7-9 ☎461-8518	相田歯科医院 富士町4-5-16 ☎461-1970
15日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎424-6640	梅村子ども診療所 南町5-17-2 ☎467-8171		天野歯科医院 南町2-8-8 ☎461-8672	浅野歯科医院 ひばりが丘1-3-3 ☎421-1868

はがき記入例

〒202-8555 西東京市役所 保谷庁舎 健康推進課 「 」係行

住所
 氏名(ふりがな)
 生年月日
 年齢
 電話番号
 往復はがきには、返信用にも住所・氏名を記入

医科を受診の際は、診療科目等についてお問合せのうえお出かけください。健康保険証、診察代をお持ちください。