



健康イキイキ!



市役所代表電話 ☎464 - 1311

事業名	日時	場所	対象	定員	内容等	申込方法等	問合せ
胃がん検診 (2期)	女性 6月1日(金)・4日(月)・11日(月)・ 12日(火)・13日(水)・14日(木)・15日 (金)・16日(土)・18日(月)・19日(火)・ 20日(水)・21日(木)・22日(金)・25日 (月)・26日(火)・28日(木)・29日(金) / 7月2日(月)・3日(火)	田無総合福祉センター	30歳以上【平成20年 3月31日現在】市民 の方で、年度に1回	検診車1 台につき 50人	問診・バリウムによるエッ クス線撮影 (検診費用無料)	申込期間：4月15日(日) ～5月7日(月)(消印有 効)受診可能日を3日 間選択し、郵便はがき (はがきサイズの用紙 を封筒に入れたもので も可)で「胃がん検診 担当」まで(記入例 参照) 内服薬等の都合で、 検診時間に指定がある 場合は、備考欄に記入	健康推進課 ☎内線2363
	男性 6月4日(月)・11日(月)・12日(火)・ 13日(水)・14日(木)・15日(金)・ 16日(土)・25日(月)・26日(火)・ 29日(金) / 7月2日(月)	保谷保健福祉総合センター					
	女性 7月9日(月)・10日(火)・11日(水)	保谷保健福祉総合センター					
	男性 7月9日(月)・10日(火)・11日(水)	保谷保健福祉総合センター					
一般	《胃がん検診を受けられない方》 肺・胸郭術後(肺一部切除含む)の方、呼吸機能低下の方 むせやすい方、飲み込む力が弱い方 胃・十二指腸の切除(一部切除を含む)をしたことのある方 胃、十二指腸、大腸など消化器の病気で治療中の方、胃腸の調子の悪い方 バリウムアレルギーのある方 便秘のひどい方、バリウムで便秘をする方 検診時(立位、寝返り等)介助が必要な方、時間のかかる方 妊娠中の方または可能性のある方 体重100kgを超える方 当日、体調の悪い方、問診で不適と判断された方ならびに前日午後9時以降に食事・水分摂取をした方		《申込前に主治医に相談が必要な方》 胃ポリープのある方 今までに虫垂炎、帝王切開などおなかの手術をしたことのある方や腸閉塞を起こしたことのある方 特に、以下の方は主治医にバリウム検査を受けることについてご確認ください。 腹部に放射線治療をしたことのある方 おなかの手術後、初めてバリウム検査を受ける方 術後おなかの張ったり、痛みのある方 術後便秘がちな方 腸閉塞をおこしたことのある方 高血圧、糖尿病など定期的な内服や注射治療をしている方 服薬の時間がずれたり、朝食を抜くことで体 調を崩す方がいます。検診を受ける際の服薬方法や飲食制限時の注意事項を確認してください。				
成人歯科健康診査	個別 6月1日(金)～8月31日(金)の 間に指定医療機関にて個別 に受診してください	指定医療機関 (受診券に明記)	18歳以上の市民【平 成20年3月31日現 在】で歯周疾患検診 に該当しない方		歯科健診(視診・歯周病の 検査)・相談 (検診費用無料)	申込期間：4月15日(日)～5月 10日(木)(消印有効) 郵便は がき(はがきサイズの用紙を 封筒に入れたものでも可)で 「成人歯科健康診査担当」ま で(記入例参照)	健康推進課 ☎内線2363
歯周疾患検診	個別 6月1日(金)～8月31日(金)の 間に指定医療機関にて個別 に受診してください	指定医療機関 (受診券に明記)	40歳・50歳・55歳・ 60歳・70歳の節目年 齢【平成20年3月31 日現在】の市民の方		歯科健診(視診・歯周病の 検査)・相談 (検診費用無料)	4月中旬頃対象者に 個別通知	健康推進課 ☎内線2363
糖尿病講座	5月11日(金) 午前10時～11時30分	田無総合福祉センター	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	糖尿病の基礎知識、食事の とり方	前日までに電話予約	健康推進課 ☎内線2365
栄養相談	5月7日(月) 午後1時15分～3時30分	保谷保健福祉総合センター	生活習慣病について の栄養相談を希望す る方	各日5人	生活習慣病(肥満・糖尿病・ 高脂血症等)について管理 栄養士による相談	5月2日(水)までに 電話予約	健康推進課 ☎内線2364
	5月16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	
子宮がん検診 乳がん検診	申し込み受付中(4月1日号市報折込の「西東京市事業ガイド」をご覧ください。)						
女性 母親学級 (3日間1コース)	第3 コース 5月25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 か月ごろの方	28人 (申込順)	妊娠中の生活、マタニティ エクササイズ	5月18日(金)までに 電話予約	健康推進課 ☎内線2366 ・2367
	5月30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		
	6月4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		
	第4 コース 6月15日(金) 午後1時～4時10分	保谷保健福祉総合センター			妊娠中の生活、マタニティ エクササイズ		
	6月20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		
	6月25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		
夫婦 両親学級	6月9日(土) 午前9時15分～午後0時15分	保谷保健福祉総合センター	妊娠8か月ごろを目 安に、初めてパパ・ ママになる市内在住 の方	28組 (定員を 超えた場 合抽選)	講習、赤ちゃんのお世話、 沐浴実習、妊婦体験ジャケ ット、おっぱいのケア、グ ループワーク等	往復はがきに必要事項を記入 し、健康推進課「両親学級担 当」へ郵送。 記入内容については、平成 19年度版西東京市健康事業ガ イドをご覧ください	健康推進課 ☎内線2366 ・2367
	7月7日(土) 午前9時15分～午後0時15分	保谷保健福祉総合センター					

みんなの伝言板

特に記載のないものは、無料です。内容についてのお問い合わせは、各サークルへお願いします。

「みんなの伝言板」(サークルの紹介)は、  
個人情報が含まれているため、削除してあ  
ります。