



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
基本健康診査(介護予防健診) 65歳以上の方	基本健康診査(介護予防健診)は6月1日~20年1月31日の間で誕生日に応じて実施します。4~6月生まれの方は既に受診券を送付済です。7~9月生まれの方は7月中旬発送済です。10~12月生まれの方は10・11月、1~3月生まれの方は12・1月が健診期間になります。10月以降生まれの方で、早めに受診を希望する方は健康年金課成人保健係までお問い合わせください。						
一般	個別	9月1日(土)~10月31日(木)の間に指定医療機関にて個別に受診してください	市内指定医療機関(受診券に明記)	40歳以上【平成20年3月31日現在】の市民で、特に喫煙される方など	問診・喉頭ファイバー検査(検診費用無料)	下記記入例参照 申込期間:7月15日~8月8日(消印有効) はがきサイズの用紙を封筒に入れたものでも可	健康年金課 成人保健係 ☎438 - 4021
糖尿病講座	8月3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:管理栄養士、保健師	前日までに電話予約	
栄養相談	8月8日(木) 午前9時15分~11時30分 8月20日(月) 午後1時15分~3時30分	田無総合福祉センター 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(申込順)	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	8月6日までに電話予約 8月17日までに電話予約	
女性	第7コース 8月17日(金) 午後1時~4時10分 8月24日(金) 午前10時~午後1時 8月27日(月) 午後1時~4時10分 第8コース 9月14日(金) 午後1時~4時10分 9月28日(金) 午前10時~午後1時 10月1日(月) 午後1時~4時10分	保谷保健福祉総合センター 田無総合福祉センター 保谷保健福祉総合センター 保谷保健福祉総合センター 田無総合福祉センター 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 栄養の話、マタニティクッキング 妊娠中の歯の健康、新生児の世話、沐浴実習 妊娠中の生活、マタニティエクササイズ 栄養の話、マタニティクッキング 妊娠中の歯の健康、新生児の世話、沐浴実習	8月10日までに電話予約 9月7日までに電話予約	
夫婦	8月4日(土)・9月8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、グループワークなど	下記記入例参照 申込期間:各開催日の1か月前まで(消印有効)	
子ども	3~4か月児健康診査 8月9日(木) 8月23日(木)	母子保健センター 保谷保健福祉総合センター	個別に通知	-	集団指導、問診、身体計測、診察、希望の方に個別相談	対象者に個別通知します。転入等の方は事前にご連絡ください。	子ども家庭支援センター 母子保健係 ☎438 - 4037
1歳6か月児歯科健康診査・保育相談	8月21日(火) 8月28日(火)	保谷保健福祉総合センター 母子保健センター	個別に通知	-	歯科健診、歯みがき相談、希望の方に個別相談 医科については医療機関での受診となります。詳細は個別通知をご覧ください。	対象者に個別通知。転入等の方は事前にご連絡ください。	
3歳児健康診査	8月8日・29日(木) 8月22日(木)	母子保健センター 保谷保健福祉総合センター	個別に通知	-	集団指導、問診、尿検査、視力検査、身体測定、診察(内科・歯科)、希望の方に個別相談	対象者に個別通知。転入等の方は事前にご連絡ください。	
育児相談	8月10日・31日(金) 午前9時30分~11時 8月20日(月) 午前9時30分~11時	保谷保健福祉総合センター 母子保健センター	乳幼児と保護者	-	個別相談(育児・遊び方・栄養・歯科・母乳・お母さんの健康等)、体重・身長計測 持ち物:母子健康手帳、歯科相談希望の方は歯ブラシ	当日、直接会場へ	
子育て講座	8月31日(金) 午前10時10分~10時40分 午前10時50分~11時20分	保谷保健福祉総合センター	どなたでも	各回15人	歯科編『フッ素を使ったむし歯予防』	当日、直接育児相談受付へ 育児相談の方は、の講座へ	
ママサロン	8月10日(金) 午前10時~11時30分 8月20日(月) 午前10時~11時30分	保谷保健福祉総合センター 母子保健センター	2~3か月のお子さん とママ 体重測定希望の方は、9時30分から開所	20組	自宅でもできる簡単なマッサージ、母と子のふれあい方、参加者同士の交流、希望の方に母乳・育児相談 持ち物:お子さんに必要なもの、敷物用タオル	前日までに電話予約 参加は1組1回限り 親子共、動きやすい服装でお越しください。	
ことばの遅れが気になる子どもの発達相談会	8月1日 午前9時30分から正午(予約制)	こどもの発達センターひいらぎ(住吉福祉会館内)	言葉の発達の遅れが気になる、言葉が出ない等でお悩みの方	-	相談員:石崎朝世さん(小児神経科医)	7月17日(火)より電話受付	こどもの発達センターひいらぎ ☎422 - 9897

BCG 日時 8月7日(金)午前9時30分~11時 場所 田無総合福祉センター
 対象 平成19年2月9日~5月8日までに生まれ、まだBCG接種を受けていないお子さん。
 持ち物 母子健康手帳、予診票、接種部位を紫外線から守るために長袖の上着、荷物をまとめるための袋、保護者の方の髪の毛をまとめるピン・ゴム等
 注意事項 本人またはご家族がウイルス性疾患にかかった場合は疾患の種類によって治癒後1~4週間接種できないことがあります。普段ステロイド剤の塗り薬を腕に塗っているお子さんは、接種日の2日前までに必ず子ども家庭支援センター母子保健係にお問い合わせください。また、薬を服用(使用)している場合は、お薬の名前がわかるもの(お薬手帳等)をご用意ください。会場の都合により、車での来場はご遠慮ください。予診票は生後2か月になった月末にお送りしている「予防接種のお知らせ・予診票綴り」に入っています。
 子ども家庭支援センター母子保健係 ☎438 - 4037

休日診療	医科			歯科	
	午前9時~午後10時	午前9時~午後5時	午前10時~正午 午後1時~4時 5時~9時	<受付時間> 午前10時~午後4時	
15日	西東京中央総合病院 芝久保町2-4-19 ☎464-1511	牧野内科クリニック 田無町3-1-13 ラ・パルドゥーレ田無103 ☎469-6655	上記診療所では、 歯科診療を行っておりません。	村山歯科医院 南町5-15-23 ☎463-8706	樋口歯科医院 保谷町3-11-24 ☎461-0551
16日	田無病院 緑町3-6-1 ☎461-2682	保谷内科・呼吸器科 クリニック 住吉町6-1-26 ☎458-7870		沼澤歯科医院 田無町4-27-9 ☎465-8841	平野歯科医院 富士町4-17-9 千正ビル2階 ☎463-2302
22日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎461-1535	池田クリニック 柳沢2-3-13 都営柳沢2丁目アパート110号 ☎465-3331		野口歯科医院 西原町4-3-49 ☎467-3955	松尾歯科医院 柳沢3-2-5 ☎461-8711
29日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎424-6640	富士クリニック 富士町4-6-9 ☎450-6555		ニイヤマ歯科 田無町6-6-31 ☎465-8666	こまむら歯科医院 下保谷2-1-21 ☎421-4180

はがき記入例

はがき	往復はがき
『喉頭がん検診 申込』 氏名(ふりがな) 生年月日 年齢 住所 日中連絡のつく電話番号	『両親学級 申込』 ・参加希望日(日付の早い順) ご夫婦の氏名(ふりがな)・生年月日 住所 日中連絡のつく電話番号 出産予定日 出産予定の病院 市主催の両親学級受講の有無(予定含む)

必要事項を記入のうえ、〒202 - 8555 市役所 課(係)「 」担当へ 返信用には、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い合わせのうえ、健康保険証、診療代を持参し、お出かけ下さい。