

事業名	日時	場所	対象	定員	内容など	申し込み方法 [※]	問い合わせ
子ども	3～4か月児健康診査	5月8日・22日(木)	母子保健センター	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 図書館と共催で「絵本と子育て事業」を実施し、絵本のプレゼントも行っています。 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。	対象者に個別通知します。 転入などの方は事前にご連絡ください。
		5月15日(木)	保谷保健福祉総合センター				
	1歳6か月児健康診査	5月20日(火)	母子保健センター	個別に通知	-		
		5月27日(火)	保谷保健福祉総合センター				
	3歳児健康診査	5月7日・28日(木)	保谷保健福祉総合センター	個別に通知	-		
		5月14日(木)	母子保健センター				
	育児相談	5月12日(月) 午前9時30分～11時	母子保健センター	乳幼児と保護者	-		
		5月26日(月) 午前9時30分～11時	保谷保健福祉総合センター				
	子育て講座	5月12日(月) 1回目：午前10時10分～10時40分 2回目：午前10時50分～11時20分	母子保健センター	7～8か月頃	各回とも 先着15人		
		5月26日(月) 1回目：午前10時10分～10時40分 2回目：午前10時50分～11時20分	保谷保健福祉総合センター	2歳ごろ	各回とも 先着20人		
2歳児クラス	第1コース 平成20年5月28日(木)・ 6月2日(月)・6月4日(水) 午前9時45分～11時30分	保谷保健福祉総合センター	2歳～2歳6か月のお子さんと保護者の方(参加希望コース1日目時点での年齢)	15組			

はがき記入例

〒202-8555
中町1-5-1
市役所
健康年金課成人保健係
子ども家庭支援センター
母子保健係各担当

A

『ウォーキング講座申込』
または
『成人歯科健診申込』
氏名(フリガナ)
生年月日
年齢
住所
電話番号

B

『薬膳料理講習会申込』
氏名(フリガナ)
生年月日
年齢
住所
電話番号

C

『ファミリー(両親)学級申込』
参加希望コース
第1希望： 第2希望：
夫婦とも氏名(フリガナ)・年齢
住所
日中連絡のつく電話番号(抽選により第1希望にもれた場合のみ連絡します)
出産予定日・病院名
病院などの母親学級参加の有無(予定含む)
パパの参加予定日
(例) 全日程、1日目と3日目、3日目のみ...など

D

『2歳児クラス申し込み』
氏名(フリガナ)・生年月日・年齢
(お子さんと保護者)
住所
日中連絡のつく電話番号
参加希望理由



休日診療

診療時間	医科(診療科目等については、お問い合わせのうえお出かけください。)			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 午後5時～9時	【受付時間】 午前10時～午後4時	
20日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎424-6640	コンタニクリニック 田無町3-9-6 富士パーム102 ☎469-3677	西東京市休日診療所 中町1-1-5 ☎424-3331 上記診療所では、 歯科診療を行っておりません。	伊藤歯科医院 南町5-7-9 ☎461-8518	井出歯科 泉町1-13-4 ☎465-6488
27日	西東京中央総合病院 芝久保町2-4-19 ☎464-1511	川村クリニック 柳沢6-1-1 Hビル2階 ☎450-7878		いわさき歯科クリニック 新町2-9-18 ☎463-7650	エンゼル歯科クリニック 保谷町3-22-7 ☎464-8744
29日	田無病院 緑町3-6-1 ☎461-2682	芝久保内科小児科クリニック 芝久保町4-12-45 ☎469-6776		岩田歯科医院 向台町6-16-4 ☎465-4507	いのうえ歯科クリニック 下保谷4-14-1 2階 ☎423-7660

健康保険証、診察代をお持ちください。

◆介護予防のための元気講座◆

～平成20年度の介護予防講座～

健康的な生活習慣を築いて、生涯を自立して過ごすことで、いつまでも住み慣れたまち・住み慣れた家に住み続けるために、高齢者の方の介護予防を目的として講座を開催します。

時・場・定 申込期間は別表をご覧ください。各講座の開催期間になりましたら、市報でお知らせします。

対象 要介護・要支援の認定を受けていない市内在住の満65歳以上の方

内容 運動機能の維持・向上のためにストレッチやトレーニングを行ったり、口腔機能の維持・向上のためにお口の手入れや口腔の体操の方法や、低栄養状態の予防などを目的とした食生活の指導を行います。

トレーニングマシンを使つての筋力の維持・向上のためのトレーニングや、家庭でも行える器具を使わないストレッチやトレーニングを行います。

¥1回150円

申込(今回募集の講座の申込)はがきに、住所・氏名・年齢・電話番号・希望する講座名・会場を明記し、4月25日(金)(必着)までに、〒202-8555市役所高齢者支援課地域支援係「介護予防講座」担当へ郵送

応募者多数の場合、抽選で決定。 高齢者支援課 保(☎438-4028)

【別表】

講座名	会場	日程・開始時間	定員	申込期間
まるごと知って元気講座	高齢者センターきらら	5月16日～8月1日 毎週金曜日 午前10時(全12回)	各15人	今回 (25日まで募集)
	田無総合福祉センター	8月19日～11月11日 毎週火曜日 午後2時(全12回)		7月中旬 募集予定
	ひばりが丘福祉会館	10月8日～12月24日 毎週水曜日 午前10時(全12回)		9月上旬 募集予定
	新町福祉会館	平成21年1月6日～3月24日 毎週火曜日 午前10時(全12回)		12月上旬 募集予定
運動して元気講座(マシントレーニング)	住吉老人福祉センター	5月19日～8月4日 毎週月・木曜日 午前10時(全22回)	各10人	今回 (25日まで募集)
	住吉老人福祉センター	9月29日～12月22日 毎週月・木曜日 午後2時(全22回)		9月上旬 募集予定

開始時間については、変更がある場合があります。