



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	内容など	申込方法など	問合せ	
一般	大腸がん検診	個別 9月1日(火)~10月31日(土)	市内指定医療機関(一覧表を送付)	平成22年3月31日時点で40歳以上の市民	-	便潜血検査(2回法)(検診費用無料) 市内で特定健康診査、一般健康診査を受診される方は同時実施のため申込み不要	次頁はがき記入例☑参照 申込期間: 7月15日(火)~8月5日(火)(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
	喉頭がん検診	個別 9月1日(火)~10月31日(土)	市内指定医療機関(受診券に記載)	平成22年3月31日時点で40歳以上の市民で特に喫煙される方	-	問診・喉頭ファイバー検査(検診費用無料)		
	郷土料理「手打ちうどんをつくろう!」	8月28日(金) 午前10時~午後1時	田無総合福祉センター	市内在住の方	16人(抽選)	調理実習: 手打ちうどん、デザート 講師: 地域活動栄養士会	往復はがき 次頁はがき記入例☑参照 申込期間: 7月25日(土)まで(消印有効)	
	糖尿病講座	8月7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(申込順)	糖尿病の基礎知識、食事のとり方に関する話 講師: 保健師、管理栄養士	前日までに電話予約	
	栄養相談	8月5日(火)・19日(水) 午前9時~正午	田無総合福祉センター	生活習慣病について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・高血圧・脂質異常症など)について管理栄養士による相談	2日前までに電話予約	
		8月17日(月) 午後1時~4時	保谷保健福祉総合センター				3日前までに電話予約	
からだと心の健康相談	7月29日(水) 午後1時30分~3時30分	保谷保健福祉総合センター	市民の方	2人(申込順)	生活習慣病や日常生活に関すること、からだや心の気になることについての保健師による健康相談	2日前までに電話予約		
女性	骨粗しょう症検診	個別 9月1日(火)~10月31日(土)	市内指定医療機関(一覧表を送付)	平成22年3月31日時点で40・45・50・55・60・65・70歳の女性市民の方	500人(定員を超えた場合抽選)	骨密度測定、生活指導(検診費用無料)	次頁はがき記入例☑参照 申込期間: 7月15日(火)~8月5日(火)(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	
男性	前立腺がん検診	個別 9月1日(火)~10月31日(土)	市内指定医療機関(一覧表を送付)	平成22年3月31日時点で50歳から74歳までの偶数年齢の男性	-	血液検査(PSA検査)(検診費用無料) 市内で特定健康診査、一般健康診査を受診される方は同時実施のため申込み不要		
夫婦	ファミリー学級2日間コース	第7コース 8月11日(火) 午前9時30分~午後0時30分 8月29日(土) 午前9時30分~午後0時30分 第8コース 8月21日(金) 午前9時30分~午後0時30分 9月4日(金) 午前9時30分~午後0時30分	保谷保健福祉総合センター	初めて父親・母親になる市内在住の方 【第7コース】対象出産予定日のめやす: 11月20日~12月31日 【第8コース】対象出産予定日のめやす: 12月5日~平成22年1月10日 妊婦のみでの参加も可。いずれか1コースのみの参加	各コース28組(申し込み多数の場合は出産予定日を考慮)	1日目: 【内容】妊娠中の生活と健康(助産師の話、体操、歯の健康)妊娠中の食事の話、初めてパパ・ママになる方同士の交流 【持ち物】母子健康手帳、筆記用具、軽い体操のできる服装(会場での着替え可)、いつも使用している歯ブラシ 2日目: 【内容】家族の食事の話、赤ちゃんのお世話の仕方、母乳育児の方法等お父さんの役割と育児参加方法など 【持ち物】母子健康手帳、筆記用具、テキスト(1回目に配布)	往復はがき(次頁☑参照)またはメール(下記参照)にて申し込み 【第7コース】申込期間: 7月21日(火)まで(消印有効) 【第8コース】申込期間: 7月31日(金)まで(消印有効)	
子ども	3~4か月児健診 ※BCG接種と同日	7月23日・30日・8月20日(火) 午後0時10分~1時10分	保谷保健福祉総合センター 田無会場はなくなりしました。	個別に通知	-	離乳食などのお話、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なっています 健診後BCG接種を行います	該当のお子さんには生後2か月~3か月ごろに個別にお知らせをお送りしています。転入などの方はご連絡ください。	子ども家庭支援センター 母子保健係 ☎438 - 4038
	BCG	7月23日・30日・8月20日(火) 午後1時30分~2時30分	(すでに3~4か月健康診査を受診済の方は、接種会場(保谷保健福祉総合センター3階)に直接お越しください)	生後3か月~6か月になる前日までに、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・ゴムなど 【注意事項】事前に「予防接種のお知らせ・予診票つづり」を必ずご覧ください。	予診票は3~4か月健診のお知らせと同時に生後2か月~3か月ごろに郵送している「予防接種のお知らせ・予診票つづり」に入っています。転入などの方は事前にご連絡ください。	
	1歳児お誕生相談会	8月17日(月) 8月24日(月)	保谷保健福祉総合センター	個別に通知(1歳3か月までの方でご希望の方はお問い合わせください)	-	集団の話・身体計測・個別相談(栄養・育児・母乳・心理・歯科)		
	1歳6か月児健康診査	-	指定医療機関、指定歯科医療機関	個別に通知	-	医科・歯科個別健診となります。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。	
	2歳児すくすく相談会	8月4日(火) 8月18日(火)	保谷保健福祉総合センター	個別に通知(2歳6か月までの方でご希望される方はお問い合わせを)	-	集団の話(心理講話、親子遊び)・身体測定・問診・個別相談(栄養・保育・母乳・心理・歯科)		
	3歳児健康診査	8月5日(水) 8月19日(水)	保谷保健福祉総合センター	個別に通知	-	集団の話、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		
	育児相談	7月22日(水) 午前9時30分~11時	田無総合福祉センター 保谷会場は8月に実施	乳幼児と保護者	-	個別相談(育児・遊び方・栄養・歯科・母乳・お母さんの健康など)、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	7月22日(水) 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	田無総合福祉センター	7~8か月ごろ	各回とも先着15人	歯科編 『歯がはえてきたね』	当日、直接育児相談受付へ育児相談をご利用の方は、1回目の講座へ。	
離乳食講習会	8月27日(水) 午後1時15分~3時	田無総合福祉センター	6~8か月のお子さんの保護者(第1子のみ)	25組	離乳食のすすめ方、デモンストラーション、試食、歯科の話	次頁はがき記入例☑参照 申込期間: 7月27日(月)~8月13日(水)(消印有効)		

ファミリー学級申込専用アドレス ☒ fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp

申込専用アドレスはファミリー学級申込のみ対応しています。質問などには回答できません。

本アドレスで申し込まれた方には、申込期間終了後、担当係より返信をします。返信受信ができるように、本アドレスの登録をお願いします。