



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	申し込み方法など	問い合わせ
糖尿病講座	9月4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話 講師：保健師、管理栄養士	前日までに電話予約	健康年金課 成人保健係 ☎438 - 4021
栄養相談	8月19日(水)・9月16日(水) 午前9時～正午	田無総合福祉センター	市民の方	各日5人 (申込順)	栄養・食生活について管理栄養士による相談	2日前までに電話予約	
	9月7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	
西東京市肝炎ウイルス検診	9月1日(火)～10月31日(土)	市内指定医療機関 (一覧を受診券と同封)	40歳以上の方で過去に肝炎ウイルス検診を受診されたことのない方	-	血液検査(B型肝炎ウイルス、C型肝炎ウイルス)	成人保健係までお問い合わせください。 (40歳以上の方で、市が行う特定健康診査・一般健康診査を受診される方は、健康診査と同時に実施できますので申込み不要)	
東京都肝炎ウイルス検診	通年実施 (実施機関の指定日)	多摩小平保健所・多摩地区保健所および都の指定する医療機関(一覧を受診券と同封)	肝炎ウイルス検診の受診機会がない方 治療および出産などにより肝炎ウイルスに感染している可能性がある方	-	血液検査(B型肝炎ウイルス、C型肝炎ウイルス) この検診は都で実施する検診です。検診結果は、検診後の保健指導実施の目的で都へ提供されます。		
からだと心の健康相談	8月21日(金) 午後1時30分～3時30分	田無総合福祉センター	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	
ファミリー(両親)学級2日間コース	9月11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 対象出産予定日のめやす：12月25日～平成22年2月5日 妊婦のみの参加も可	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	往復はがき(下記はがき記入例参照)またはEメールで申し込み 申込期間：8月21日(金)まで(消印有効)	
	10月3日(土) 午前9時30分～午後0時30分				2日目：【内容】家族の食事の話、赤ちゃんのいる生活(世話の仕方、母乳など)父親の役割、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)		
3～4か月児健診 ※BCG接種と同日	8月20日(木)・9月3日(木)・17日(木)・24日(木) 午後0時10分～1時10分	保谷保健福祉総合センター 専用シャトルバス(予約制)があります。詳細は個別通知をご覧ください。	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 - 4037
BCG	8月20日(木)・9月3日(木)・17日(木)・24日(木) 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、保谷保健福祉総合センター3階へ	生後3～6か月になる前日までで、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】「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確認ください。		
1歳児お誕生相談会	9月7日(月) 9月28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)	対象者に個別通知します。転入などの方は事前にご確認ください。	
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。		
2歳児すくすく相談会	9月1日(火) 9月29日(火)	保谷保健福祉総合センター	個別に通知(2歳6か月までの方で希望される方はお問い合わせください。)	-	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歳児健診	8月19日(水)・9月2日(水)・9日(水)・16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		
ことばの発達・発音などに心配のある子どもの言語訓練・相談	9月1日(火) 午後1時30分	教育相談センター(保谷庁舎4階)	5歳～12歳くらい	12人 (申込順)	発音に誤りがあるなど「ことば」に心配を持つ方(1人15分程度) 指導：長濱ヒサ先生(言語訓練士)	8月28日(金)までに電話予約	教育相談センター ☎425 - 4972

休日診療	医科(診療科目などについては、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	
16日	田無病院 緑町3-6-1 ☎461-2682	長沼整形外科・内科医院 新町2-5-35 ☎0422-53-6469	西東京市休日診療所 中町1-1-5 ☎424-3331  上記診療所では、歯科診療は行っておりません。	山本歯科医院 ひばりが丘1-3-2 ☎421-1182	はせがわ歯科クリニック 田無町3-1-13 ラ・ベルドゥーレ田無101 ☎450-5800
23日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎461-1535	富士クリニック 富士町4-6-9 ☎450-6555		かとう歯科医院 住吉町3-8-15 ☎421-4182	本町歯科 田無町2-9-6 野崎ビル201号 ☎462-4618
30日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎424-6640	ひがき医院 芝久保町1-11-10 ☎462-5521		松尾歯科医院 柳沢3-2-5 ☎461-8711	エンゼル歯科クリニック 保谷町3-22-7 ☎464-8744

健康保険証、診察代をお持ちください。

はがき記入例

『ファミリー(両親)学級』の申込 (往復はがき) 往信分(うら)

¥50	〒202-8555 市役所 子ども家庭支援センター 母子保健係 『ファミリー学級担当』行	『ファミリー(両親)学級申し込み』  参加希望コース 夫婦の氏名(ふりがな)・年齢 住所 日中連絡のつく電話番号 出産予定日・病院名 病院などの母親学級受講(予定)の有無 パパの参加予定日
-----	--	--

申込み『往復はがき』返信分には、住所・氏名を記入してください。

ファミリー学級申込専用アドレス ☎fami-boshi@city.nshitokyo.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ので、電話でお問合せください。

\* 本アドレスでお申込された方には、申込期間終了後、担当係より返信をいたします。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。