



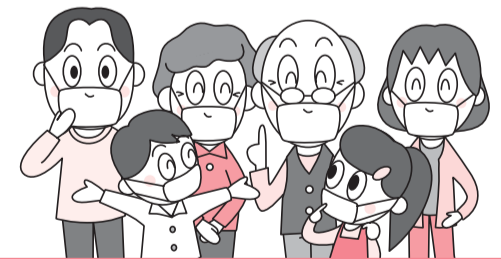
健康イキイキ!

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		
一般	健康のススメ (保育つき)	11月5日・19日・26日 12月3日(すべて木曜日) 午前10時～正午	田無総合福祉センター	18～39歳の市民で肥満などの生活習慣病が気になる方	30人 (抽選) 保育15人	理想的な体づくりを目指す4日間の講座 食事と運動について講話と実技、個別相談	はがき記入例を参照。 申込期限：10月10日(土)(消印有効)		
	糖尿病講座	10月9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	10月14日(水)・21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	健康年金課 成人保健係 ☎438 - 4021	
		10月19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		
	地域活動栄養士会	各月3回程度 午前10時～正午	田無総合福祉センター	市内在住で栄養士・管理栄養士の資格を有する60歳位までの方、地域の健康づくりに関心のある方	-	料理グループの講師、定例会、研修会 ^{など}	随時、電話で受付		
胸部健診	10月1日(木)～22日(木)の日程で実施します。日程などの詳細は、市報9月15日号または『西東京市 健康事業ガイド』、市HPをご覧ください。								
女性	母子健康手帳の交付	平日月～金曜日 午前8時30分～午後5時	保谷保健福祉総合センター・住吉会館ルピナス・子育て支援課(田無庁舎1階)・各出張所	妊娠された方	-	初妊婦の方やご相談のある方は、保健師が常駐している保谷保健福祉総合センターにご来所ください。必要方には妊婦訪問も行っています。	妊婦が医療機関で確認されたら速やかにご来所ください。		
子ども	ポリオ	10月20日(火)・21日(水) 午後1時15分～2時	保谷保健福祉総合センター	生後3か月～生後90か月未満でまだポリオ接種を2回済ませていないお子さん	-	持ち物：母子健康手帳、予診票、荷物をまとめるための袋 注意事項：「予防接種のお知らせ・予診票つづり」を必ずご覧ください。	予診票はおおむね生後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。	子ども家庭支援センター 母子保健係 ☎438 - 4037	
		10月23日(金)・27日(火) 午後1時15分～2時	田無総合福祉センター						
	1歳児お誕生相談会	10月5日(月)・19日(月) 午前9時～10時	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(心理講話・親子遊び・食事と歯の話) 身体測定 希望の方に個別相談	対象者に個別通知。転入などの方は事前にご連絡ください。		新型インフルエンザ予防のため、当分の間母子保健関連の健診等にお越しの際は各自マスクを持参してください。
	2歳児すくすく相談会	10月13日(火)・27日(火) 午前9時～10時	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ください)	-	集団の話(心理講話・親子遊び・食事の話) 身体測定、問診 希望の方に個別相談	対象者に個別通知。転入などの方は事前にご連絡ください。		
	3歳児健診	10月14日(水)・28日(水) 午後0時10分～1時10分	保谷保健福祉総合センター	個別に通知	-	集団の話(食事と生活リズムの話) 身体測定、問診、診察(内科・歯科) 尿・視力検査 希望の方に個別相談	対象者に個別通知。転入などの方は事前にご連絡ください。		
赤ちゃん訪問(新生児・産婦訪問)	電話で日程調整	家庭に助産師または保健師が訪問。	赤ちゃんが生まれた全ての家庭	-	赤ちゃんの体重測定、発育・発達状況の確認、授乳相談、お母さんの体調などの相談	母と子の健康ファイル(母子健康手帳交付時に配布)に同封の赤ちゃん訪問はがき(出生通知票)を郵送。電話でも可。			

休日診療	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	
	診療時間	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
4日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎424-6640	坂上医院 南町3-17-8 ☎467-4110		中山歯科医院 谷戸町3-27-24 プラザビル209 ☎423-0163	天野歯科医院 南町2-8-8 ☎461-8672
11日	西東京中央総合病院 芝久保町2-4-19 ☎464-1511	みわ内科クリニック 下保谷4-12-2 メゾン泉1階 ☎438-7188	西東京市休日診療所 中町1-1-5 ☎424-3331	平野歯科医院 富士町4-17-9 千正ビル2階 ☎463-2302	篠岡歯科医院 柳沢1-1-5 ☎461-5323
12日	田無病院 緑町3-6-1 ☎461-2682	すがひろ内科クリニック 南町4-3-2 サウスタウンビル2階 ☎464-3226	上記診療所では、 歯科診療は行っていません。	仲川歯科医院 ひばりが丘北 2-8-15 ☎422-5450	おおたけ歯科医院 保谷町3-9-2 コーラルタウン1階 ☎462-6162

健康保険証、診察代をお持ちください。



はがき記入例

『健康のススメの申込み』

¥50 〒202 - 8555	『健康のススメ申込み』 氏名(フリガナ) 住所 性別 生年月日 日中連絡のつく電話番号 保育の有無 保育希望の方はお子さんの氏名と年齢
--------------------	--