



健康イキイキ！

しょうしょ
小暑

7月7日ころ。
小暑とは、暑さがだんだん強くなっていくという意味です。
この日あたりから、梅雨があけて本格的な暑さが始まります。

カレンダー



はがき記入例

【あて先】
〒202-8555市役所
健康課「女性のための講演会保育」担当
高齢者支援課「生活機能評価」担当
往復はがき返信用には、住所・氏名を記入。

往復はがき
『女性のための講演会 保育申込み』
住所
保護者氏名
子どもの氏名(ふりがな)
子どもの生年月日(年齢)
日中連絡がつく電話番号

はがき
『生活機能評価』申込み
氏名
住所
生年月日
電話番号
加入の健康保険名または生活保護

事業名	日時/場所	対象/定員	内容など	申し込み方法など	
健康課保健係 ☎438 - 4037					
一般	糖尿病講座	8月6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 保健師、管理栄養士	前日までに電話予約
	栄養相談	7月12日(月)午後1時～4時 / 保谷保健福祉総合センター	市内在住 / 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	7月9日(金)までに電話予約
		7月14日(水)午前9時～正午 / 田無総合福祉センター			7月12日(月)までに電話予約
からだと心の健康相談	7月21日(水)午後1時30分～3時30分 / 保谷保健福祉総合センター	市内在住 / 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	前日までに電話予約	
女性	女性のための講演会～母娘でうけよう子宮頸がん検診～(保育付)	7月31日(土)午後1時～3時 / 田無総合福祉センター	市内在住の女性の方 保育15人(未就学児に限る)	日ごろ、若い女性から健診や性の相談を受けている女医さんからの子宮がんの話。 熊谷万紀子医師(丸の内クリニック・日本産婦人科学会認定医)	当日直接会場へ 保育希望の方は往復はがき(はがき記入例参照) 申込期間: 7月10日(土)(消印有効)

ガイド

お知らせ

母子健康手帳の交付

妊娠が医療機関で確認されたら速やかに下記窓口へお越しください。
交付・相談窓口 健康課(保谷保健福祉総合センター4階)
交付のみ 子育て支援課(田無庁舎1階) 子ども家庭支援センターのどか(住吉会館) 各出張所
なるべく保健師が常駐している健康課へお越しください。
健康課 保(☎438-4037)

1歳6か月児医科・歯科健康診査

対象者(1歳6か月～2歳の誕生日の前々日まで)に個別に通知します。小児科・内科、歯科それぞれ指定医療機関で受診してください。
詳細は、個別通知をご覧ください。転入者などは、ご連絡ください。
健康課 保(☎438-4037)

女性特有のがん検診

対象年齢の方に『女性のためのがん検診手帳』と該当する検診の「無料クーポン券」を6月下旬に送付しました。
次の年齢に該当する方で7月12日(月)を過ぎてもクーポン券が届かない場合はご連絡ください。
❖子宮頸がん検診無料クーポン券送付年齢...20歳、25歳、30歳、35歳、40歳(平成22年4月1日現在)
❖乳がん検診無料クーポン券送付年齢...40歳、45歳、50歳、55歳、60歳(平成22年4月1日現在)
健康課 保(☎438-4021)

【お詫びと訂正】
市報6月15日号8面で掲載しました「女性のための講演会」の時間に誤りがありました。正しくは、「午後1時～3時」です。
お詫びして、訂正します。
健康課 保(☎438-4037)

生活機能評価(介護予防健診)を受けましょう

生活機能評価とは？

日常生活を維持していくために必要な心身の能力(生活機能)が低下しているかどうかを調べるものです。
平成22年3月31日現在で、65歳以上の方で健康保険組合・共済組合などの加入者、生活保護受給者は申し込みが必要です。
(介護保険の要支援・要介護認定者は対象になりません)

生活機能評価の流れ

申し込み(必要な方)
7月1日(木)～16日(金)までに、はがきで申し込み(はがき記入例参照)
高齢者支援より生活機能評価受診券と問診結果票送付
基本チェックリストなど必要事項をあらかじめ記入してください。
医療機関受診 健診期間: 7月1日(木)～平成23年1月31日(月)
問診結果票・受診券・健康保険証を持参。
結果説明 生活機能低下の有無の判定
生活機能の低下がある方へ高齢者支援課または地域包括支援センターから介護予防講座についてご案内します。
高齢者支援課 保(☎438-4029)

休日診療

健康保険証、診察代をお持ちください。

医科(小児科などの診療科目については、お問い合わせのうえお出かけください。)			
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
4日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎461-1535	ノーブルビルクリニック ひばりが丘北3-5-19 ☎424-5678	西東京市休日診療所 中町1-1-5 ☎424-3331 上記診療所では、歯科診療は行っていません。 受付時間は、各診療終了時間の30分前までです。
11日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎424-6640	牧野内科クリニック 田無町3-1-13 ラ・ベルドゥーレ田無103 ☎469-6655	
歯科【受付時間】午前10時～午後4時			
4日	泉台歯科医院 泉町6-1-3 ☎421-4980	松川歯科医院 田無町3-9-7第一不二ホームズ208 ☎465-5881	
11日	ひかり歯科医院 柳沢3-1-4 ☎468-8849	沼澤歯科医院 田無町4-27-9TK田無ビル2階 ☎465-8841	

電話相談

医療相談 (西東京市医師会)	7月6日内科・13日耳鼻科・20日皮膚科・27日眼科 いずれも火曜日 午後1時30分～2時30分 上記の日時以外は、休日診療案内です。	☎438-1100
歯科相談 (西東京市歯科医師会)	7月2日・9日・16日・23日・30日 いずれも金曜日 午後0時30分～1時30分	☎466-2033
からだと心の 電話健康相談	平日午前9時～正午・午後1時～4時 保健師が相談に応じます。	☎438-4087

みんなの 伝言板

特に記載のないものは、無料です。
内容については、各サークルへお問い合わせください。

「みんなの伝言板」(サークルの紹介)は、
個人情報が含まれているため、削除してあります。