



健康イキイキ!

立春

2月4日ごろ。
厳しい寒さの中でも、少しずつ春の
気配が感じられるようになります。



はがき記入例

【あて先】
〒202-8555市役所
健康課「 」担当

返信用には、住所・
氏名を記入。

A 郵便はがき	B 往復はがき
「糖尿病講演会」 氏名(ふりがな) 住所 電話番号 生年月日	「離乳食講習会」 希望日 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 日中連絡がつく電話番号

カレンダー

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				
専門医による糖尿病講演会～血糖コントロールで健康生活～	2月24日(木)午後1時30分～3時30分 / 田無総合福祉センター	市内在住および市内在勤者 / 50人	糖尿病の病態や予防について、医師と管理栄養士による話 講者 吉武紀子先生(西東京中央総合病院)	2月18日(金)までに、郵便はがきまたはEメール(記入例A参照) ☒seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp
糖尿病講座	2月4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 講者 保健師、管理栄養士	前日までに電話予約
栄養相談	2月9日(木)午前9時～正午 / 田無総合福祉センター	市民/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月7日(月)までに電話予約
	2月14日(水)午後1時～4時 / 保谷保健福祉総合センター			2月10日(木)までに電話予約
しゃきしゃき体操講座	2月15日(木)午前9時30分～11時30分 / 保谷保健福祉総合センター	市民・立位がとれる方 / 20人	ストレッチ・しゃきしゃき体操実技	前日までに電話予約
子ども 離乳食講習会	3月9日(木)午後1時15分～3時 / 田無総合福祉センター	市内在住の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、デモンストレーション、試食、歯科の話	往復はがき(記入例B参照) 申込期間: 2月9日(木)～23日(木) (消印有効)
健康課事業調整係 ☎438-4021				
子ども ポリオ予防接種	2月15日(火)・16日(水) 受付: 午後1時10分～1時50分 / 保谷保健福祉総合センター 2月18日(金)・22日(火) 受付: 午後1時10分～1時50分 / 田無総合福祉センター	生後3か月～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	母子健康手帳、予診票、荷物をまとめるための袋 授乳は自宅で済ませてからお越しください。 予診票は生後3か月ごろに郵送している「予防接種のお知らせ・予診票綴り」に入っています。	転入などで予診票をお持ちでない方は事前にご連絡ください。
からだと心の健康相談専用電話 ☎438-4087				
一般 からだと心の健康相談	2月16日(木)午後1時30分～3時30分 / 田無総合福祉センター	市民/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
教育支援課教育相談係 ☎425-4972				
子ども 言語訓練・相談	2月22日(木)午後1時30分から / 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)	子どもの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)	2月18日(金)までに電話予約

ガイド

お知らせ

母子手帳の交付

医療機関で妊娠が確認されたら速やかにお越しください。

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(住吉会館ルピナス)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。

詳細はお問い合わせください。
健康課 ☎(☎438-4037)

赤ちゃん訪問(新生児・産婦訪問)

助産師、保健師が訪問し、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に応じます。

母子と子の保健ファイル(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)を郵送または下記へ電話。

健康課 ☎(☎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。

医科 問診、身体計測、小児科・内科健診、個別相談

歯科 歯科健診、歯みがき相談
詳細は個別通知をご覧ください。

転入などの方は、ご連絡ください。
健康課 ☎(☎438-4037)

日本脳炎定期予防接種2期の接種が可能になりました

第2期(9歳以上13歳未満対象)の日本脳炎の予防接種については、これまで厚生労働省において新ワクチンの接種を中止していましたが、安全性・有効性が認められ、第2期に日本脳炎新ワクチンを接種できる改正(平成22年8月27日施行)がありました。

※平成17年5月30日からの勧奨中止に伴い接種できなかった方に経過措置を設けます。

第1期(7歳半まで)に3回接種

が完了していない方

9歳～13歳未満に第1期として残りの回数を6日以上の間隔をおいて接種できます。

第1期(7歳半まで)に全く受けていない方

9歳～13歳未満に第1期として3回接種できます。接種間隔は1回目と2回目の間は6日以上、3回目は1回目よりおおむね1年おけて接種。

予診票の交付
健康課 保谷保健福祉総合センター4階へ母子手帳を持参のうえ、交付、または日本脳炎実施指定医療機関に予診票が置いてあります。予約の際、医療機関にお尋ねください。

注意
第1期と第2期の間の7歳半～9歳未満は公費負担がありません。
健康課 ☎(☎438-4021)



子宮がん検診・乳がん検診

まもなく、検診期間が終了となります。受診券および無料クーポン券をお持ちの方で、まだ検診を受けていない方は、早めに受診してください。

【検診期間】

❖子宮がん検診 2月28日(月)まで

❖乳がん検診 3月31日(木)まで

ただし、乳がん検診はすべて予約制です。予約は早めをお願いします。受診券・クーポン券を紛失された場合は再発行しますので、下記へお問い合わせください。

❖「女性特有のがん検診」対象の方
下記「女性特有のがん検診対象年齢」の方で、4月21日(水)以降に転入され、まだ手続きをされていない方は健康課までお問い合わせください。

女性特有のがん検診対象年齢
子宮頸がん検診・・・平成21年度に20歳、25歳、30歳、35歳、40歳になられた方
乳がん検診・・・平成21年度に40歳、45歳、50歳、55歳、60歳になられた方

健康課 ☎(☎438-4021)