

カレンダー



【あて先】

〒202-8555市役所
健康課「ファミリー学級」
担当へ。
※返信用には、住所・
氏名を明記。

A 往復はがき

「ファミリー学級」申込

参加希望コース

①夫婦の氏名（ふりがな）
生年月日

②住所

③日中連絡のつく電話番号

④出産予定日・病院

⑤病院などの母親学級受
（予定）の有無

⑥パパの参加予定日

	事業名	日時／場所	対象／定員	内容 [※]	申込方法 [※]
◆健康課保健係 ☎042-438-4037					
一般	糖尿病講座	7月1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／調保健師、管理栄養士	前日までに電話予約
	栄養相談	7月6日(水)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	7月4日(月)までに電話予約
		7月11日(月)午後1時～4時 ／保谷保健福祉総合センター			7月8日(金)までに電話予約
夫婦	ファミリー学級 2日間コース	第6コース 8月2日(火)・27日(土) 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（妊婦、父親のみの参加も可） ※対象出産予定日のめやす 第6コース：10月22日～12月20日 第7コース：11月12日～1月3日 ／各28組（申込み多数の場合は出産予定日を考慮）	【1日目】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 【2日目】家族の食事の話、赤ちゃんのいる生活（世話の仕方、母乳 [※] ）父親の役割、育児参加方法 [※]	往復はがき（記入例 ^四 参照）またはEメール ✉fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 【申込期間】 第6コース：6月29日(水)～7月9日(土)まで（消印有効） 第7コース：7月23日(土)～8月2日(火)まで（消印有効）
		第7コース 8月26日(金)、9月10日(土) 午前9時30分～午後0時30分 ／保谷保健福祉総合センター			
子ども	3～4か月児健診（BCG接種と同日）	7月7日(木)・21日(木)・28日(木) 受付：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	離乳食などの話、問診、身体計測、診察、希望の方に個別相談 ※健診後BCG接種を行います。	該当のお子さんには生後3か月ごろに個別に通知します。 転入などの方はご連絡ください。
	BCG	7月7日(木)・21日(木)・28日(木) 受付：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）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	母子健康手帳、予診票 【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。	
	1歳児お誕生相談会	7月11日(月)・25日(月) 受付：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）、身体計測、希望の方に個別相談	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	7月12日(火)・19日(火) 受付：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）、身体計測、問診、歯みがき練習、希望の方に個別相談	
	3歳児健康診査	7月6日(水)・13日(水)・27日(水) 受付：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（4歳未満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（食事と生活リズムの話）、身体計測、問診、診察（内科・歯科）、尿・視力検査、希望の方に個別相談	当日、直接会場へ
	育児相談	7月15日(金)午前9時30分～11時 ／田無総合福祉センター	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 [※] ）、体重・身長計測 母子健康手帳、歯プラン(歯科相談希望の方)	
	子育て講座	7月15日(金) 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か月のお子さんとその保護者／各回先着15組	歯が生えてくるころのお手入れの方法 [※]	当日、直接育児相談受付へ ※育児相談をご利用の方は、1回目の講座にご参加ください。
◆からだと心の健康相談専用電話 ☎042-438-4087					
一般	からだと心の健康相談	7月15日(金)午後1時30分～3時30分 ／保谷保健福祉総合センター	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 ☎042-425-4972					
子ども	言語訓練・相談	7月11日(月)午後1時30分～5時 ／教育支援課（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」に心配をもつ方（1人15分程度） 指導：長濱ヒサ先生（言語訓練士）	7月8日(金)までに電話予約

6月26日は「世界麻薬乱用撲滅デー」

◆健康課 保 (☎042-438-4021)

◆健康課 保 (☎042-438-4021)

迷ったら救急相談センターへ

◆危機管理室 (保) (☎042-438-4010)

※健康保険証、診察代をお持ちください。

医 科(受診の際は、小児科など診療科目を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
19日	保谷厚生病院 栄町 1－17－18 ☎042－424－6640	山口医院 田無町 7－16－30 ☎042－462－7578	休日診療所 中町 1－1－5 ☎042－424－3331 ※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。
26日	西東京中央総合病院 芝久保町 2－4－19 ☎042－464－1511	さいとう小児科内科クリニック 下保谷 4－2－21 ☎042－421－7201	
歯 科 【受付時間】 午前10時～午後 4 時			
19日	いくたま歯科医院 下保谷 4－8－27 ☎042－438－1182	平野歯科医院 富士町 4－17－9 千正ビル 2 階 ☎042－463－2302	
26日	岩田歯科医院 向台町 6－16－4 ☎042－465－4507	おおたけ歯科医院 保谷町 3－9－2 コーラルタウン 1 階 ☎042－462－6162	

 電話相談

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。	健康課保健係 ☎042-438-4087
------------------	--	-------------------------