

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ます。25項目の質問(基本チェックリスト)から生活機能についての判定が出ます。検査結果と共に生活機能の低下が認められた方へ、介護予防講座をご案内します。

❖対象となる方は？

65歳以上(平成23年3月31日時点)で、介護保険の要支援・要介護認定を受けていない方は生活機能評価(介護予防健診)の対象になります。

国民健康保険・後期高齢者医療保険の方には、6月中旬に問診票・受診券を発送しましたが、そのほか(生活保護などの方)の方は、申し込みが必要と

なります。ご不明な点は、下記までお問い合わせください。

健診期間
7月1日(金)～平成24年1月31日(火)
問診結果票・受診券・健康保険証
無料
市の特定健診・一般健診と同時に受診できます。

❖生活機能評価の流れ
受診前に基本チェックリストなど必要事項をあらかじめ記入
医療機関を受診
医療機関にて結果説明
介護予防講座のご案内
高齢者支援課(保)
(☎042-438-4029)

西東京市誕生10周年記念事業

健康づくりイベント パート1

知って得する健康講座 ～医・歯・薬合同事業～

市の医師会・歯科医師会・薬剤師会の方がテーマに沿ってお話します。

時 7月9日(土)午後1時～3時40分
(開場午後0時30分)
場 西東京市民会館(田無町4-15-11)
定 500人
申 当日直接会場へ

講座
よい歯のコンクール・8020表彰者に学ぶお口の健康
上手な薬の利用法
～ジェネリック医薬品について～
しゃきしゃき体操パート2 発表
新しいがん検診
～胃がんハイリスク検診とは？健康課(保)(☎042-438-4037)



よい子の約束！

自分の身を守るため、子どもに次の4つの約束を繰り返し教え、防犯意識を身につけさせましょう。
知らない人について行かない。
1人で遊ばない。
外に出かける時は、おうちの人に「誰と、どこで何をするか、何時ごろ帰ってくるか」を言って出かける。
連れていかれそうになったら、大声で「助けてー！」と叫ぶ。
地域の子どもは大人の目で見守りましょう。
田無警察署(☎042-467-0110) 危機管理室(保)(☎042-438-4010)

スポーツ祭東京2013

第68回国民体育大会

西東京市テニール市民交流会・参加チームの募集

平成25年に東京都でスポーツ祭東京2013が開催されます。市内における普及啓発を目的として市民交流会を開催します。

時 7月30日(土)
場 早稲田大学東伏見グラウンド
参加対象・申込区分
小学3・4年生(市内在住、在学)10人以上で構成するチーム
小学5・6年生(市内在住、在学)10人以上で構成するチーム
小学4年生以下(市内在住、在学)10人以上とその母親10人以上で構成するチーム
障害者(都内在住、在学)およびその関係者10人以上で構成するチーム

中学生以上の男女(市内在住、在勤、在学)10人以上で構成するチーム
用 所定の申込用紙で7月15日(金)までに下記体育協会事務局へ郵送・ファックスまたは直接持参。
所定の申込用紙は、体育協会事務局で受け取るか、市HPからダウンロード。
用 NPO法人西東京市体育協会(〒202-0013中町1-5-1スポーツセンター内・☎042-425-7055・FAX042-439-3395 平日午前9時～午後4時、ただし7月5日(火)は休館日)
スポーツ振興課(保)(☎042-438-4082)

ようこそ としょかんへ

7月



<p>中央 ☎042-465-0823 火～金午前10時～午後8時 土・日午前10時～午後6時</p>	<p>おはなしおばさんのおはなし会 3日(日)午前11時 / どなたでも にこにこおはなし会 15日(金)午前11時 / 1～2歳児とその保護者対象 サンサンおはなし会 17日(日)午前11時 / 3歳児から対象 おはなし会 毎週木曜日午後3時30分 / 3歳児から対象</p>	<p>柳沢 ☎042-464-8240 火～土午前10時～午後6時 水・金午前10時～午後8時</p>	<p>ちいさなおはなしひろば 1日・8日(金)午前11時 / 絵本コーナー / 1～2歳児とその保護者対象 わくわくドキドキ紙芝居スペシャル 9日(土)午前11時～正午 / どなたでも おはなしひろば 毎週水曜日午後4時 / 絵本コーナー / 3歳児から対象</p>
<p>保谷駅前 ☎042-421-3060 火～金午前10時～午後8時 土・日午前10時～午後6時</p>	<p>はじめてのページ 7日(日)午前11時 / 下保谷児童センター / 絵本の読み聞かせ、紙芝居、おもしろ本の紹介 / どなたでも(下保谷児童センター共催) ちいさなおはなしひろば 8・22日(金)午前11時 / 1～2歳児とその保護者対象 おはなしひろば 8・22日(金)午後3時30分 / 3歳児から対象 おはなしのへや 2・16日(土)午後3時30分 / 5歳児から小学3年生対象</p>	<p>ひばりが丘 ☎042-424-0264 火～土午前10時～午後6時 水・金午前10時～午後8時</p>	<p>ちいさなおはなしひろば 1日(金)午前11時 / 絵本コーナー / 1～2歳児とその保護者対象 おはなしひろばサタデー 2日(土)午前11時 / 講座室 / 3歳児から対象 なつのおはなしひろば 20日(日)午後4時 / 講座室 / 3歳児から対象</p>
<p>芝久保 ☎042-465-9825 火～日午前10時～午後6時</p>	<p>おはなし会 毎週木曜日午後4時 / どなたでも かにむかしのおはなし会 9日(土)午前11時 / どなたでも</p>	<p>新町分室 ☎0422-55-1783 水～土午後1時～5時</p>	<p>おはなしひろば 13日(日)午後3時30分 / 新町児童館 / どなたでも</p>
<p>谷戸 ☎042-421-4545 火～日午前10時～午後6時</p>	<p>ちびっこおはなし会 6・20日(日)午前11時 / 1～2歳児とその保護者対象 おはなし会 13・27日(日)午後3時30分 / 3歳児から対象 おかさんとおこさんのおはなしかい 7日(日)午前11時 / 1～3歳児とその保護者対象</p>	<p>休館日 4日(月)、11日(月)、18日(水)、19日(火)、25日(月) 18日(水)は、中央図書館と保谷駅前図書館は閉館しています。(午前10時～午後6時) 新町分室は、毎週火・日曜日も休館日です。</p>	

乳幼児～小学生を対象としたおはなし会など、いろいろな行事を行っています。お問い合わせは各図書館まで。



みんなの伝言板

特に記載のないものは、無料です。
内容についてのお問い合わせは、各サークルへお願いします。

「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。