



健康イキイキ!

カレンダー



はがき記入例

【あて先】
〒202 - 8555
市役所健康課「 」
担当へ郵送。
返信用には、住所・氏名を記入。

A 「はがき」 「女性のための講演会」 住所 氏名 生年月日 日中連絡のつく電話番号 更年期のことで聞きたいこと	B 「往復はがき」 「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 日中連絡のつく電話番号	C 「往復はがき」 「お口の健康支援室」申込 保護者氏名 子どもの氏名(ふりがな) 生年月日 住所 日中連絡のつく電話番号 申込理由
---	---	--

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 ☎042 - 438 - 4037					
一般	糖尿病講座	8月5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	8月3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	8月2日(火)までに電話予約
		8月8日(月)午後1時~4時 / 保谷保健福祉総合センター			8月5日(金)までに電話予約
	女性のための講演会 ~ビューティフルエイジ更年期の心と体~	9月22日(木)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・在勤者で更年期症状の気になる方/30人(申込多数の場合は抽選)	更年期の知識および対処法について(講話と簡単な実技) / 講師:岡朝美先生(薬剤師・アロマセラピスト)、管理栄養士	はがき(記入例A参照)またはEメール ✉seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限:9月15日(木)(消印有効) こちらからの返信はありません。 当日直接会場にお越しください。
	西東京しゃきしゃき体操パート2講座	8月26日(金)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・しゃきしゃき体操パート2実技/持参物:飲み物・タオル	前日までに電話予約
男の体操教室	8月19日(金)午後1時30分~2時30分 / 田無総合福祉センター	市内在住在勤の男性・立位がとれる方/20人	ストレッチ・しゃきしゃき体操の実技/持参物:飲み物・タオル	当日直接会場へ	
子ども	離乳食講習会	9月7日(水)午後1時15分~3時 / 田無総合福祉センター	市内在住生後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:8月6日(土)~20日(土)(消印有効)
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	8月15日(月)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
健康課事業調整係 ☎042 - 438 - 4021					
子ども	ポリオ予防接種	8月1日(月) 受付:午前9時30分~11時30分 / 保谷保健福祉総合センター 8月2日(火) 受付:午前9時30分~11時30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	持参物:母子健康手帳、予診票 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。

お知らせ

検診申し込み受付中!

受付中の検診
(対象年齢は、平成24年3月31日時点)
大腸がん検診
☑便潜血検査2日法
☑40歳以上の市民
前立腺がん検診
☑PSA検査(血液検査)
☑50歳~74歳までの偶数年齢の男性
骨粗しょう症検診
☑骨密度測定、生活指導
☑40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の女性
☑はがきで申し込み後日、受診券と受診案内を送付します。
詳細は、市報7月1日号、健康事業ガイド、市HPをご覧ください。
健康課 保(☎042 - 438 - 4021)

妊婦健康診査受診票

母子健康手帳交付時に14回分同時に交付しています。妊婦健康診査の時に使用していただく一部助成されます。
助産院、都外医療機関など都内指定医療機関以外で受診した場合は、この受診票が使用できません。この場合は出産後に還付の手続きが必要です。
詳細は、妊婦健康診査受診票のお知らせ、または市HPをご覧ください。
~ご注意ください~
・受診票が使用できる医療機関で使わなかった場合は、還付の対象になりません。受診の際に必ず医療機関の窓口へ提出してください。
・一部助成対象外となる検査項目もあります。医療機関でご確認ください。
健康課 保(☎042 - 438 - 4037)

お口の健康支援室

歯磨きが上手にできない、歯医者さんで口が開けられなくて診察を受けることが難しい、食事を上手に食べられないなどのお子さんを対象とした「口の健康に関する相談室」です。
☑歯科健診、歯科保健指導、ブラッシング指導、栄養、育児相談
☑1~3歳の方
☑往復はがき(記入例C参照)で申し込み。後日、日程をお知らせします。
健康課 保(☎042 - 438 - 4037)

5歳児歯科健康診査

5歳児歯科健康診査のお知らせを該当者に個別通知しました。転入などの方はご連絡ください。
☑平成18年4月2日~平成19年4月1日生まれ
☑8月1日(月)~10月31日(月)
☑実施指定歯科医療機関
健康課 保(☎042 - 438 - 4037)



献血のご協力をお願いします!

= 西東京市献血推進協議会 =

輸血用血液の確保が厳しい状況が続いています。市民の皆さんのご協力をお願いします。

☑8月5日(金)午前10時~11時30分、午後1時~4時
☑田無庁舎1階ロビー
ご協力いただける年齢は、16歳~64歳。ただし、60歳~64歳の間に献血のご協力実績がある方は、69歳まで献血できます。
健康課 保(☎042 - 438 - 4021)



「女性特有のがん検診推進事業」の無料クーポン券を送付しています

この機会に検診をぜひ受けてください。検診期間終了間際には大変混雑します。余裕を持った受診をお願いします。
下記の対象年齢の方で、届いていない方または4月20日以降に転入された方はご連絡ください。

子宮頸がん検診無料クーポン券
☑平成22年度に20歳・25歳・30歳・35歳・40歳になった方
乳がん検診無料クーポン券
☑平成22年度に40歳・45歳・50歳・55歳・60歳になった方
健康課 保(☎042 - 438 - 4021)

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)を郵送または電話で申し込み。
健康課 保(☎042 - 438 - 4037)

