

胃がん検診 2期募集

胃がん検診(2期)日程

場 所	男性	女性
保谷保健福祉総合センター	11月1日(火)・2日(水)・4日(金)・7日(月)・8日(火)・10日(木)・11日(金)・14日(月)・15日(火)	
田無総合福祉センター	11月17日(木)・19日(土)・22日(火)・24日(木)・25日(金)・28日(月)・29日(火)・30日(水)、12月2日(金)・5日(月)・6日(火)・7日(水)	11月16日(水)・17日(木)・18日(金)・19日(土)・22日(火)・25日(金)・28日(月)・29日(火)、12月1日(木)・2日(金)・5日(月)・6日(火)・7日(水)

保谷保健福祉総合センターは男女とも同じ日程です。

④問診・バリウムを使用したエックス線検査

前夜からの食事・水分などの制限が必要です。授乳中の方は1～2日間の断乳が必要となります。

⑤平成24年3月31日時点で30歳以上の市民

1期で受診された方は対象になりません。

⑥はがき、または封書で(記入例参照)9月6日(火)消印有効までに、〒202-8555市役所健康課「胃がん検診担当」へ。

⑦申し込み前にご確認ください。

【胃がん検診を受けられない方】

自分で立てられない、寝返りがうてないなど、指示に従って動くことができない方

腎臓病(透析)などで水分制限を受けている方

腸閉塞を1年以内に起こした方や腸閉塞を繰り返す方

妊娠中の方、妊娠の可能性がある方

以前にバリウムを飲んで具合が悪くなった方

過去1年以内に心臓の発作や脳梗塞などの脳血管疾患を発症された方

胃または十二指腸の切除術を受けた方、治療中の方

1年以内に腹部や胸の手術をされた方

【申し込み前に主治医に相談が必要な方】

腸閉塞を起こしたことがある方

腹部に放射線治療をしたことのある方

1年以内にお腹や胸以外の手術をされた方

腹部の手術をされた方で手術後に痛みなどがあつた方、便秘がちの方

回転することで病気を誘発する恐れのある方(メニエール病など)

胃ポリープのある方

⑧高血圧、糖尿病などで定期的な服薬または注射をしている方(服薬の時間がずれたり朝食を抜くことで体調を崩す方がいます)。

健康課 保(☎042-438-4021)

【はがき記入例】

健診名 胃がん検診
氏名 性別 住所
生年月日 電話番号
検診日について
ア いつでもよい
イ 会場のみ指定(田無・保谷)
ウ 希望日あり(3日まで記入)
糖尿病による治療の有無

高齢者肺炎球菌予防接種

実施期間

9月1日(木)～平成24年1月31日(火)

④65歳以上で、過去5年以内に同予防接種を行っていない方

⑤過去5年以内に肺炎球菌ワクチンを接種した方は、接種不可。

接種費用

⑥接種費用8,000円のうち自己負担5,000円(消費税込み)

⑦生活保護受給世帯および中国残留邦人等の支授受給者は自己負担金なし

⑧はがきに、氏名(ふりがな)・住所・生年月日・年齢・電話番号を明記し、

8月19日(金)(消印有効)までに、〒202-8555市役所健康課「肺炎球菌予防接

種担当」へ。

⑨生活保護受給世帯の方は、事前に生活福祉課へ生活保護受給証明書を申請し、申し込み時に同封してください。

⑩定員2,500人に達しない場合は、随時申し込みを受け付けます。

健康課 保(☎042-438-4021)



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。

総合型地域スポーツクラブ

「にしはらスポーツクラブ」

会員・教室参加者募集

<会員登録>

年間活動費

大人3,600円

小人1,500円

(家族会員 5,000円)

初級・中級バドミントン教室



問・④

にしはらスポーツクラブ

(西原町4-5-6)

西原総合教育施設内・

☎042-467-9919

教室名	日 時	対 象	募集人数	参加費(1クール)
バドミントン教室	【初級者】金曜日午前10時～正午(1クール7回)	一般(高校生～大人)	20人	会員 4,200円 非会員5,600円
	【中級者】木曜日午前10時～正午(1クール5回)		20人	会員 3,000円 非会員4,000円

テニス教室

教室名	日 時	対 象	募集人数	参加費
テニス教室	火曜日A・B、水曜日A・B 木曜日A・B、金曜日A・B 土曜日A・B 1クール6～8回 (A:午前9時～10時30分) (B:午前10時30分～正午)	一般(高校生～大人)	各クール8人	各クール 会員1,000円×回数 非会員1,500円×回数 各クールの回数は、お問い合わせください。

⑤3・4・5クール受け付けは、8月27日(土)午前10時から。

⑥継続参加者は事前申し込みを受け付けます。

⑦テニスコートの利用 2時間単位(会員優先)

⑧平日:1時間1,200円、土・日曜日・祝日:1時間1,500円

各種教室

教室名	日 時	対 象	参加費
ヨガ	毎週木曜日午前10時～11時30分 毎週火曜日午後7時～8時30分	大人	会員 1回500円 非会員1回700円で 体験参加可
トータルフィットネス	毎週火曜日午前10時～11時30分		
フラダンス	金曜日(月3回) 午後7時～8時30分		



シルバーウィーク開催

～スポーツの秋 この機会に運動を!～

問スポーツセンター(☎042-425-0505)

⑨9月5日(月)～16日(金)

⑩月～金曜日の午前9時～午後3時入館まで(午後3時以降と土・日曜日、祝日は有料、9月6日(火)は休館日のため、利用できません)。

⑪場スポーツセンター、きらっと

⑫プール・ランニング走路・トレーニング室を無料利用

⑬プール・フロア教室の無料参加

⑭65歳以上の市内在住で運動可能な方

⑮下記教室については、8月24日(木)までに、各館窓口または電話で受付(応募者多数の場合は抽選)

⑯ご利用の際に、本人確認書類(住所・年齢のわかるもの)を初回のみ確認させていただきます。

⑰「西東京市シルバーウィーク参加カード」をお持ちの方はカードをご持参ください。

	教室名	場 所	日 時	定員
プー	水中貯筋体操	スポーツセンター 温水プール	9月8日(木)	午後1時50分～2時50分
	ウキウキ水中運動		9月16日(金)	
フロア	ボールで貯筋体操	スポーツセンター	9月8日(木) 9月13日(火)	午前9時30分～10時30分
	レクリエーション・バドミントン	きらっと	9月5日(月)	午後2時～3時
			9月12日(月)	