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。

※返信用には、住所・氏名を記入。

A 往復はがき
『薬膳料理講習会』申し込み
①住所
②氏名
③生年月日（年齢）
④電話番号

B 郵便はがき
『糖尿病講演会』申し込み
①住所
②氏名
③生年月日（年齢）
④電話番号

C 往復はがき
『離乳食公開講座』申し込み
①希望日
②住所
③保護者氏名
④子どもの氏名(ふりがな)
⑤子どもの生年月日
⑥日中連絡がつく電話番号

	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　※インフルエンザ予防のため、当分の間母子保健関連の健診などにお越しの際は各自マスクを持参してください。					
一般	薬膳料理講習会	3月2日㈮午前10時～午後1時／田無総合福祉センター	市民／20人（申込多数の場合は抽選）	花粉症対策！免疫力を高める薬膳（講話と実習）／講泉京子さん（管理栄養士）	往復はがき（記入例A参照）またはEメール ✉seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限：2月10日㈮（消印有効）
一般	糖尿病専門医による糖尿病予防のための市民公開講座	2月14日㈫午後1時30分～3時30分／田無総合福祉センター	市内在住・在勤の方／50 人	糖尿病の病態や、予防について医師、管理栄養士による分かりやすい話／講吉武紀子先生（西東京中央総合病院医師）、管理栄養士	はがき（記入例B参照）またはEメール ✉seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限：2月10日㈮（消印有効） 当日直接会場へ（申込多数の場合のみ連絡）。
一般	糖尿病講座	3月9日㈮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／講保健師、管理栄養士	前日までに電話予約
一般	栄養相談	2月8日㈬午前9時～正午／田無総合福祉センター 2月13日㈪午後1時～4時／保谷保健福祉総合センター	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6日㈪までに電話予約 2月10日㈮までに電話予約
一般	男の体操教室	2月17日㈮午後１時30分～２時30分／田無総合福祉センター	市内在住・在勤の男性の方	ストレッチ・しゃきしゃき体操パート２実技／持飲み物・タオル	申込不要。当日直接会場へ
一般	西東京しゃきしゃき体操パート２講座	2月24日㈮午前9時30分～11時30分／田無総合福祉センター	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／持飲み物・タオル	前日までに電話予約
子ども	離乳食講習会	3月6日㈫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C参照）申込期間：2月3日㈮～17日㈮（消印有効）
◆健康課事業調整係　☎042－438－4021					
子ども	ポリオ予防接種	2月7日㈫ 受付：午前9時30分～11時30分／保谷保健福祉総合センター 2月9日㈭ 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・予診票つづり」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　☎042－438－4087					
一般	からだと心の健康相談	2月15日㈬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　☎042－425－4972					
子ども	言語訓練・相談	2月21日㈫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）／講長濱ヒサ先生（言語訓練士）	2月17日㈮までに電話予約

お知らせ

■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。

申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）

■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）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**　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 保（☎042－438－4037）

■子宮頸がん予防ワクチン、ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチン助成事業の延長

子宮頸がん予防ワクチン、ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチンの一部助成は、国の方針を受け平成 25 年３月末まで延長する予定です。対象年齢に変更はありませんが、子宮頸がん予防ワクチンにおいては、現在高校１年生で平成 24 年３月 31 日までに初回接種を受けている方は、４月以降、高校２年生になっても２回目、３回目の助成が受けられます。

◆健康課 保（☎042－438－4021）

休日診療　※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
5日	田無病院 緑町3－6－1 ☎042－461－2682	コンタニクリニック 田無町3－9－6富士パーム102 ☎042－469－3677	休日診療所 中町1－1－5 ☎042－424－3331 ※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。
11日	佐々総合病院 田無町4－24－15 ☎042－461－1535	増田医院 東町5－1－11 ☎042－422－6036	
12日	保谷厚生病院 栄町1 －17－18 ☎042－424－6640	ごとう内科 東伏見2－1－6 ☎042－450－5100	

歯　科【受付時間】午前 10時～午後 4時（受診の際は、お問い合わせのうえお出かけください）

5日	鎌田歯科 ひばりが丘北3－7－8 ☎042－423－2526	志藤歯科医院 向台町3－6－7 ☎042－468－0552
11日	泉台歯科医院 泉町6－1－3 ☎042－421－4980	はせがわ歯科クリニック 田無町3－1－13ラ・ベルドゥーレ田無101 ☎042－450－5800
12日	ひかり歯科医院 柳沢3－1－4 ☎042－468－8849	沼澤歯科医院 田無町4－27－9TK田無ビル2階 ☎042－465－8841

電話相談

医療相談（西東京市医師会）	火曜日　午後1時30分～2時30分 2月7日循環器内科・消化器内科・腎臓内科、14日神経内科、21日耳鼻咽喉科、28日産婦人科 ※専門の医師が相談に応じます。	☎042－438－1100
歯科相談（西東京市歯科医師会）	2月3日・10日・17日・24日 いずれも金曜日　午後0時30分～1時30分	☎042－466－2033
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

凡例　時日時　場場所　内内容　対対象　定定員　講講師　¥料金　持持ち物　申申し込み　問問い合わせ　HPホームページ　FAXファックス　✉メール　田田無庁舎　保保谷庁舎