



健康ひろば



はがき記入例

【あて先】
〒202-8555 市役所健康課
「ファミリー学級担当」宛て

※返信用には、住所・氏名を記入

A 往復はがき

「ファミリー学級」申し込み参加希望コース
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・病院名
⑤病院などの母親学級受講(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	申込方法 [※]
◆健康課 電話 042-438-4037			
糖尿病講座 【保健師、管理栄養士による基礎知識・食事の話】	11月9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)	11月8日(木)までに電話予約
栄養相談 【管理栄養士による相談】	11月12日(月)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)	11月9日(金)までに電話予約
	11月14日(水)午前9時～正午/ 田無総合福祉センター		11月12日(月)までに電話予約
ファミリー学級2日間コース ～初めて父親・母親になる方のための教室～ 【妊娠中の生活と健康、赤ちゃんのいる生活、父親の役割・育児参加方法 [※] 】	第12コース 12月7日(金)・22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 ※妊婦のみの参加も可/各28組(申込多数の場合は抽選) ◇対象出産予定日のめやす 第12コース：3月16日～4月26日 第13コース：4月21日～5月31日	往復はがき(記入例参照)またはEメール ✉fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期間(消印有効) 第12コース：10月25日(木)～11月5日(月) 第13コース：11月20日(火)～30日(金)
	第13コース 1月11日(金)・26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

◆健康課 電話 042-438-4037		当日…申し込み不要・当日、直接会場へ。 ※転入などの方は事前にご連絡ください。	
3～4カ月児健診 (BCG予防接種と同時実施) 時・場 10月18日(木)・11月1日(木)・15日(木)・29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 対 個別に通知	1歳児お誕生相談会 時・場 11月12日(月)・26日(月) 受付：午前9時～10時/ 保谷保健福祉総合センター 対 個別に通知(1歳3カ月までの方でご希望の方はお問い合わせください)	2歳児すくすく相談会 時・場 11月6日(火)・20日(火) 受付：午前9時～10時/ 保谷保健福祉総合センター 対 個別に通知(2歳6カ月までの方でご希望の方はお問い合わせください)	3歳児健康診査 時・場 11月7日(水)・21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 対 個別に通知(4歳未満までの方でご希望の方はお問い合わせください)
BCG予防接種 (3～4カ月児健診と同時実施) 時・場 10月18日(木)・11月1日(木)・15日(木)・29日(木) 受付：午後1時30分～2時30分/ 保谷保健福祉総合センター 対 生後6カ月になる前日まで	育児相談 当日 (身体計測と育児に関する相談) 時・場 11月27日(火)午前9時30分～11時/ 田無総合福祉センター 対 乳幼児と保護者	子育て講座 当日 (離乳食と歯が生えてくる頃の話) 時・場 11月27日(火)/田無総合福祉センター 1回目：午前10時～10時40分 2回目：午前10時50分～11時30分 対・定 7～8カ月のお子さんとその保護者/ 各回先着15組	

骨密度・血管年齢の測定会

骨密度・血管年齢・体脂肪・血圧の測定と健康管理などの相談を行います。申し込み方法や会場が昨年度と異なりますのでご注意ください。

時・場 11月27日(火)・28日(水)…保谷保健福祉総合センター2階
29日(木)・30日(金)…田無庁舎2階
いずれも午前の部…午前10時～正午、午後の部…午後1時～4時
定 各日100人
申 往復はがき(記入例参照)で、11月9日(金)(必着)までに、〒188-8666市役所保険年金課国保給付係へ。
※希望日時は必ず午前・午後まで記入。
※申込多数の場合は西東京市国民健康保険加入者を優先のうえ抽選。
□協力 東京都国民健康保険団体連合会
◆保険年金課 電話(042-460-9821)

はがき記入例

「測定会」申し込み
往復はがき
①住所
②氏名
③生年月日
④電話番号
⑤希望日(3つまで)
※午前・午後も記入

期限が近づきました、ぜひご利用ください!

- 5歳児歯科健康診査 健診期間：10月31日(水)まで
詳細は、該当する方に7月末にお送りしたお知らせをご覧ください。
- 乳がん検診・子宮がん検診 申込締切：10月19日(金)
詳細は、市HP・市報9月15日号をご覧ください。

◆健康課 電話(042-438-4037)

健康診断実施期間中です

○特定健康診査・一般健康診査
健診期間：平成25年1月31日(木)まで
西東京市国民健康保険加入の40～74歳の方および後期高齢者医療保険加入の方は、6月・8月に受診券を発送しています。
※田村クリニックは9月から、眼底検査を他機関で受診する方法に変更になりました。
◆健康課 電話(042-438-4037)

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上お出かけください)	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
21日	西東京中央総合病院 芝久保町2-4-19 電話 042-464-1511	池田クリニック 柳沢2-3-13 都営柳沢2丁目アパート110号 電話 042-465-3331	休日診療所 中町1-1-5 電話 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。
28日	田無病院 緑町3-6-1 電話 042-461-2682	芝久保内科小児科クリニック 芝久保町4-12-45 電話 042-469-6776	

歯科(受診の際は、お問い合わせの上お出かけください)

受付時間	午前10時～午後4時	
21日	田村デンタルクリニック 東町4-13-23 メープルヴィレッジ1階 電話 042-439-4618	本町歯科 田無町2-9-6 野崎ビル201号 電話 042-462-4618
28日	沼澤歯科医院 田無町4-27-9 TK田無ビル2階 電話 042-465-8841	ねま歯科医院 泉町1-11-14 上宿ビル1階 電話 042-462-4118

電話相談

母と子の健康相談室 (小児救急相談)	平日午後5時～10時 土・日曜日、祝日、年末年始午前9時～午後5時	東京都 電話 03-5285-8898 または#8000
東京都医療機関案内 サービス(ひまわり)	毎日24時間	東京都 電話 03-5272-0303
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 電話 042-438-4087