



健康ひろば



はがき記入例

【あて先】
〒202-8555 市役所健康課「各担当」宛て
※返信用には、住所・氏名を記入

① 往復はがき
「離乳食講習会」申し込み
② 希望日
③ 住所
④ 保護者氏名
⑤ 子どもの氏名(ふりがな)
⑥ 子どもの生年月日
⑦ 日中連絡がつく電話番号

一般

事業名	日時／場所	対象／定員	申込方法など
◆健康課保健係 ☎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】	4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)	4月4日(木)までに電話予約
栄養相談 【管理栄養士による相談】	4月17日(水)午前9時～正午／ 田無総合福祉センター	市内在住の方／各日5人(申込順)	4月15日(月)までに電話予約
	4月8日(月)午後1時～4時／ 保谷保健福祉総合センター		4月5日(金)までに電話予約
ボディケア講座～腰痛予防～ 【理学療法士による、腰痛予防に関する話と自宅でできる体操】	4月17日(水)午後3時～4時／ 保谷保健福祉総合センター	市内在住の方／15人(申込順)	4月16日(火)までに電話予約
西東京しゃきしゃき体操パート2 講座 【下肢の筋力・バランス能力の向上に効果がある健康体操】	4月9日(火)午前10時～11時30分／ 保谷保健福祉総合センター	市内在住・立位がとれる方／20人	前日までに電話予約
	4月26日(金)午前10時～11時30分／ 田無総合福祉センター		
◆からだと心の健康相談専用電話 ☎042-438-4087			
からだと心の健康相談 【保健師による面談相談】	4月15日(月)午後1時30分～3時30分／ 田無総合福祉センター	市内在住の方／2人(申込順)	4月11日(木)までに電話予約

子ども

事業名	日時／場所	対象／定員	申込方法など
◆健康課保健係 ☎042-438-4037			
離乳食講習会 【離乳食のすすめ方、デモンストレーション、試食、歯科の話】	5月21日(火)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カ月のお子さんの保護者(第1子のみ)／25組	往復はがき(記入例A参照) 申込期間：4月15日(月)～28日(日)(消印有効)
◆教育支援課 ☎042-425-4972			
ことばの発達・発音などに心配のある子どもの言語訓練・相談 【言語訓練士による相談】	4月12日(金)午後1時30分～5時／ 教育支援課(保谷庁舎4階)	1人15分程度／5歳～12歳くらい／ 12人(申込順)	4月10日(水)までに電話予約

平成25年度 予防接種改正

平成25年度から、子宮頸がん・ヒブ・小児用肺炎球菌が定期的予防接種となります。また、BCGは、接種対象年齢が「6カ月に至るまでの間」から「1歳に至るまでの間」に変更され、日時が指定されることになりました。

年間の詳しいスケジュールは、健康事業ガイドをご覧ください。なお、4月はBCG接種を行いませんので、ご了承ください。

◆健康課 ☎042-438-4021

平成25年度から改正された予防接種一覧

予防接種の種類	対象者(回数)	望ましい接種期間	自己負担	備考
BCG(結核)	生後1歳に至るまでの間(1回)	生後5～8カ月	自己負担なし	集団接種(保谷保健福祉総合センター3階) 事前に接種する日時を指定。詳細は、生後5カ月になる前にお送りするBCGのお知らせをご確認ください。指定された日時がご都合が悪い場合は、ご連絡ください。
子宮頸がん	小学6年生～高校1年生相当(3回)	中学1年生	1回 1,590円	新中学1年生の方に、個別に予診票を送付します。対象者で予診票をお持ちでない方は医療機関に確認のうえ、直接医療機関へお越しください。
ヒブ ^{※1}	生後2～7カ月未満(初回3回と追加1回) ^{※2} 生後7～12カ月未満(初回2回と追加1回) ^{※2} 生後12～60カ月未満(1回)	初回接種開始は、 生後2～7カ月未満	1回 880円	生後2カ月になる前のお子さんに個別に予診票を送付します。対象者で予診票をお持ちでない方は医療機関に確認のうえ、直接医療機関へお越しください。
小児用肺炎球菌 ^{※1}	生後2～7カ月未満(初回3回と追加1回) ^{※3} 生後7～12カ月未満(初回2回と追加1回) ^{※3} 生後12～24カ月未満(2回) ^{※4} 生後24～60カ月未満(1回)	初回接種開始は、 生後2～7カ月未満 追加接種は、生後 12～15カ月未満	1回 1,120円	生後2カ月になる前のお子さんに個別に予診票を送付します。対象者で予診票をお持ちでない方は医療機関に確認のうえ、直接医療機関へお越しください。
おたふくかぜ 水ぼうそう	1歳(1回)		おたふくかぜ 3,000円 水ぼうそう 4,000円	医療機関に確認のうえ、直接医療機関へお越しください。

※1 ヒブ・小児用肺炎球菌は、初めて接種を開始する年齢によって回数が異なります。
※2 初回は、それぞれ4～8週間あける。追加は、初回終了後から7～13カ月あけて接種。
※3 初回は、それぞれ27日間以上あける。追加は、初回終了後、60日間以上間隔をあけて、生後1歳以降に接種。
※4 1回目終了後から60日間以上あける。

健康ガイド

■妊婦健康診査の助成限度額が変わります

4月1日以降に受診される妊婦健康診査の助成限度額が変わります。なお、妊婦健康診査受診票は、そのままご利用いただけます。

□助成内容

妊婦健康診査(1回目)：限度額8,440円

妊婦健康診査(2～14回目)：限度額5,150円

超音波検査：限度額5,300円(変更なし)

※一部助成対象外となる検査項目もあります。詳細は医療機関にご確認ください。

◆健康課 ☎042-438-4021

☎ 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 ☎042-438-1100
4月2日 内科、9日 小児科、16日 耳鼻咽喉科、23日 内科
※専門の医師が相談に応じます。

歯科相談(西東京市歯科医師会)

4月5日・12日・19日・26日 ☎042-466-2033
いずれも金曜日 午後0時30分～1時30分

⊕ 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)

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
7日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	石川クリニック 保谷町2-6-1 ☎042-464-1550	休日診療所 中町1-1-5 ☎042-424-3331
14日	西東京中央総合病院 芝久保町2-4-19 ☎042-464-1511	大野病院 柳沢1-4-26 ☎042-461-8702	※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。

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		
7日	岩田歯科医院 向台町6-16-4 ☎042-465-4507	キンデンタルクリニック ひばりが丘北4-1-32 ピアツァビル2階 ☎042-423-1470	
14日	浅野歯科医院 ひばりが丘1-3-3 ☎042-421-1868	二木歯科医院 田無町6-7-6 ☎042-461-8290	