



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

A 往復はがき	B はがき
「離乳食講習会」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	「乳がん検診」「子宮頸がん検診」申し込み ①氏名(ふりがな) ②住所 ③電話番号 ④生年月日 ⑤乳がん検診の場合は、希望医療機関名

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】	6月7日(金)午前10時～11時30分/ 田無総合福祉センター 7月12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)	前日までに電話予約
栄養相談 【管理栄養士による相談】	6月10日(月)午後1時～4時/ 保谷保健福祉総合センター 6月19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)	6月7日(金)までに電話予約 6月17日(月)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】	6月19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)	6月18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】	6月11日(火)午前10時～11時30分/ 保谷保健福祉総合センター 6月28日(金)午前10時～11時30分/ 田無総合福祉センター	市内在住・立位がとれる方/20人	前日までに電話予約
◆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】	6月19日(水)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)	6月17日(月)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】	7月5日(金)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: 6月3日(月)～17日(月)(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】	6月14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)	6月12日(水)までに電話予約

しゃきしゃき笑顔で健康

西東京市健康都市宣言

～「みどりの散策マップ」を健康づくりに役立てましょう!～

市内の散策ルートに掲載した「みどりの散策マップ」を、市の主要な施設で配布しています。市内に残された貴重な「みどり」の中をのんびりと歩いてみてはいかがでしょうか。
また健康課とのコラボ事業として、「みどりの散策路めぐり」を実施しています。詳細は、市報や市HPをご覧ください。
◆みどり公園課 ☎042-438-4045
◆健康課 ☎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)

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
2日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	整形外科高橋クリニック 南町5-3-12 ☎042-461-8822	休日診療所 中町1-1-5 ☎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。
9日	西東京中央総合病院 芝久保町2-4-19 ☎042-464-1511	なかやま内科 循環器クリニック 向台町1-19-14 ノーブルハイツ向台1階 ☎042-450-7710	

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	
2日	志藤歯科医院 向台町3-6-7 ☎042-468-0552	山口歯科医院 ひばりが丘1-5-12 ☎042-421-4029
9日	三浦歯科医院 ひばりが丘北4-5-17 ☎042-422-1870	しげる歯科 向台町5-1-1 ☎042-467-1107

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 6月4日 精神科・心療内科、11日 産婦人科、 18日 小児科・アレルギー科、25日 循環器内科 ※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) 6月7日・14日・21日・28日 いずれも金曜日 午後0時30分～1時30分 ☎042-466-2033

患者の声相談窓口(電話相談)をご利用ください

- 安心して医療にかかるための対応方法を一緒に考えます。
- 時 平日午前9時～正午、午後1時～5時(保健所開庁日)
- 相談方法 原則電話(30分程度)
- 東京都医療安全支援センター「患者の声相談窓口」
☎03-5320-4435(病院の相談)
- 東京都多摩小平保健所医療安全支援センター「患者の声相談窓口」
☎042-450-3222(診療所などの相談)

健康ガイド

■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ました

☆子宮頸がん検診無料クーポン券

対 平成24年度に20・25・30・35・40歳になった方

☆乳がん検診無料クーポン券

対 平成24年度に40・45・50・55・60歳になった方

該当の方で、4月20日以降に転入した方、または6月7日(金)を過ぎても届かない場合は下記へご連絡ください。

◆健康課 ☎042-438-4021

■乳がん検診・子宮頸がん検診追加募集

☆乳がん検診

時 平成26年3月31日(月)まで

内 マンモグラフィ検査(乳房レントゲン検査)

対 40歳以上の偶数年齢の女性(平成26年3月31日時点の年齢)

☆子宮頸がん検診

時 平成26年2月28日(金)まで

内 子宮頸部細胞診検査

対 20歳以上の偶数年齢の女性(平成26年3月31日時点の年齢)

申 6月14日(金)(消印有効)までに、はがき(記入例B参照)か、市HPから電子申請で申し込み。

※乳がん検診の場合、①西東京中央総合病院 ②佐々総合病院 ③藤原医院 ④複十字病院健康管理センターの中から希望の医療機関名もご記入ください。

□受診方法 申し込み受け付け後、8月下旬にお送りする受診券および受診案内をご覧ください。

◆健康課 ☎042-438-4021

■喉頭がん検診受け付け中

定員に達するまで受け付けます(記入例B参照)。

※各検診の詳細は、健康課へ問い合わせるか、市報4月1日号と同時配布した「西東京市健康事業ガイド」または市HPをご覧ください。

◆健康課 ☎042-438-4021