



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

「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】	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
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28日(金)午前10時～11時30分/ 田無総合福祉センター 7月9日(火)午前10時～11時30分/ 保谷保健福祉総合センター	市内在住で立位がとれる方/20人	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19日(水)午前9時～正午/ 田無総合福祉センター 7月8日(月)午後1時～4時/ 保谷保健福祉総合センター	市内在住の方/各日5人(申込順)	6月17日(月)までに電話予約 7月5日(金)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・育児参加方法など】	第6コース 7月19日(金)、8月10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/28組(申込多数の場合は抽選) ◇対象出産予定日のめやす (第6コース)10月27日～12月7日	往復はがき(記入例A参照)またはEメール ✉fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期間(消印有効) 第6コース : 6月25日(火)～7月5日(金)
◆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

◆健康課 ☎042-438-4037			
3～4カ月児健診 時・場 6月20日(木)、7月4日(木)・18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 2階 対 個別に通知	1歳児お誕生相談会 時・場 6月24日(月)、7月8日(月) 受付: 午前9時～10時/ 保谷保健福祉総合センター 3階 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 6月25日(火)・7月9日(火) 受付: 午前9時～10時/ 保谷保健福祉総合センター 2階 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 6月26日(水)、7月3日(水)・17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 2階 対 個別に通知(4歳未満の方でご希望の方はお問い合わせください)
BCG予防接種 生後5カ月になる前のお子さんに、日にちと時間を指定した通知を送付します。指定された日にち・時間にお越しください。 場 保谷保健福祉総合センター 3階 対 生後1歳になる前日まで、まだBCG接種を受けていないお子さん ※対象者には個別に通知します。	育児相談 (身体計測と育児に関する相談) 時・場 6月19日(水) 受付: 午前9時30分～11時/ 保谷保健福祉総合センター 2階 7月30日(火)受付: 午前9時30分～11時/ 田無総合福祉センター 2階 対 乳幼児と保護者	子育て講座 (離乳食と歯が生えてくる頃の話) 時・場 6月19日(水)/保谷保健福祉総合センター 2階、7月30日(火)/田無総合福祉センター 2階 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 7～8カ月のお子さんと保護者/ 各回先着15組	

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～
時 7月5日(金)午後1時30分～5時 (1人15分程度)
場 教育支援課(保谷庁舎4階)
対 5～12歳ぐらいの子ども
定 12人(申込順)
申 7月3日(水)までに、電話で下記へ。
◆教育支援課係 (☎042-425-4972)

健康ガイド

母子健康手帳の交付を受けましょう
医療機関で妊娠が確認されたら、速やかに手続きをしてください。
□交付・相談窓口 健康課(保谷保健福祉総合センター4階)
□交付のみ 子育て支援課(田無庁舎1階)・子ども家庭支援センターのどか(住吉会館ルピナス)・各出張所
※なるべく保健師が常駐している健康課へお越しください。
※紛失その他のお問い合わせは、健康課へご連絡ください。
◆健康課係(☎042-438-4037)

☎ 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 ☎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 ☎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 ☎042-438-4087

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
16日	田無病院 緑町3-6-1 ☎042-461-2682	やぎさわ循環器クリニック 保谷町4-5-6野口ビル1階 ☎042-451-5072	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。
23日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎042-461-1535	吉川小児科医院 泉町3-1-6 ☎042-421-5253	
30日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	山口医院 田無町7-16-30 ☎042-462-7578	
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		
16日	とよき歯科 住吉町3-11-4 ☎042-424-8605	平田歯科クリニック 新町2-4-3 2階 ☎0422-25-8211	
23日	押見歯科診療室 谷戸町3-26-1並木ビル2階 ☎042-421-6480	沼澤歯科医院 田無町4-27-9 TK田無ビル2階 ☎042-465-8841	
30日	仲川歯科医院 ひばりが丘北2-8-15 ☎042-422-5450	竹中歯科医院 南町3-1-2 ☎042-461-0519	