



健康ひろば



市の花 ひまわり

はがき記入例

【あて先】
〒202-8555
市役所健康課「各担当」宛
※往復はがきの返信用には、
住所・氏名を記入

A 往復はがき

【ファミリー学級】申込
①参加希望コース
②夫婦の氏名(ふりがな)
生年月日
③住所
④日中連絡のつく電話番号
⑤出産予定日・病院名
⑥病院などの母親学級受講
(予定)の有無

B はがき

【胃がん検診】申込
①氏名 ②性別 ③住所
④生年月日 ⑤電話番号
⑥検診日について
ア いつでもよい
イ 会場のみ指定
(田無・保谷)
ウ 希望日あり
(3日まで記入)
⑦糖尿病による治療の有無


C はがき

【肺炎球菌予防接種】申込
①氏名
②住所
③生年月日
④年齢
⑤電話番号
⑥過去5年以内の肺炎球菌
予防接種の有無

一般

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】	9月6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)	9月5日(木)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】	8月23日(金)午前10時～11時30分/ 田無総合福祉センター	市内在住で立位がとれる方/各日20人	8月22日(木)までに電話予約
	9月10日(火)午前10時～11時30分/ 保谷保健福祉総合センター		9月9日(月)までに電話予約
栄養相談 【管理栄養士による相談】	9月9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)	9月6日(金)までに電話予約
	9月18日(水)午前9時～正午/ 田無総合福祉センター		9月12日(木)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8コース 9月20日(金)、10月5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2階	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8コース)12月8日～2月8日 (第9コース)1月13日～2月14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8コース : 8月26日(月)～9月6日(金) 第9コース : 9月10日(火)～9月20日(金)
	第9コース 10月4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2階		

子ども

◆健康課 電話042-438-4037		※転入などの方は事前にご連絡ください。	
3～4カ月児健診 時 9月5日(木)・19日(木) 受付: 午後0時10分～1時10分 場 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 9月2日(月)・9日(月) 受付: 午前9時～10時 場 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 9月3日(火)・17日(火) 受付: 午前9時～10時/ 場 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 9月11日(水)・18日(水) 受付: 午後0時10分～1時10分 場 保谷保健福祉総合センター2階 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 生後5カ月になる前のお子さんに、日時を指定した通知を送付します。指定された日時にお越しください。 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	育児相談 (身体計測と育児に関する相談) 当日 時・場 8月26日(月) 受付: 午前9時30分～11時・保谷保健福祉総合センター2階 時・場 9月30日(月) 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) 当日 時・場 8月26日(月)・保谷保健福祉総合センター2階 時・場 9月30日(月)・田無総合福祉センター2階 いずれも午前10時～10時40分・10時50分～11時30分 対 7～8カ月のお子さんと保護者/ 定 各回先着15組	

胃がん検診 2期募集

～1年に1回、胃がん検診を受けましょう～

□胃がん検診日程

会場	男性	女性
保谷保健福祉総合センター	11月1日(金)・2日(土)・5日(火)・8日(金)・11日(月)・12日(火)・14日(木)	10月29日(火)、11月2日(土)・7日(木)・8日(金)・11日(月)・12日(火)・14日(木)
田無総合福祉センター	11月13日(水)・18日(月)・19日(火)・20日(水)・26日(火)・30日(土)、12月3日(火)	11月6日(水)・13日(水)・15日(金)・18日(月)・19日(火)・20日(水)・21日(木)・26日(火)・27日(水)・30日(土)、12月2日(月)

内 問診・バリウムを使用したエックス線検査
※前夜からの食事・水分などの制限が必要です。授乳中の方は1～2日間の断乳が必要となります。
対 平成26年3月31日時点で30歳以上の市民(1期で受診された方は対象外)

申 ①はがき(記入例参照)
②窓口(保谷保健福祉総合センター4階健康課、田無庁舎2階保険年金課)
③電子申請(市HPより)
□申込期限 9月6日(金)(消印有効)
◆健康課 電話(☎042-438-4021)

胃がん検診を受けられない方	申し込み前に主治医に相談が必要な方
<ul style="list-style-type: none"> 自分で立ってられない、寝返りがうてないなど、指示に従って動くことができない方 腎臓病(透析含む)などで水分制限を受けている方 腸閉塞を1年以内に起こした方や腸閉塞を繰り返す方 妊娠中の方、妊娠の可能性がある方 以前にバリウムを飲んで具合が悪くなった方 過去1年以内に心臓の発作や脳梗塞などの脳血管疾患を発症された方 胃または十二指腸の切除術を受けた方、治療中の方 1年以内におなかや胸の手術をされた方 	<ul style="list-style-type: none"> 腸閉塞を起こしたことがある方 腹部に放射線治療をしたことのある方 1年以内におなかや胸以外の手術をされた方 おなかの手術をされた方で手術後おなかの痛みなどがあつた方、便秘がちの方 回転することで病気を誘発する恐れのある方(メニエール病[※]) 胃ポリープのある方 高血圧、糖尿病などで定期的な服薬または注射をしている方(服薬の時間がずれたり朝食を抜くことで体調を崩す方がいます)

高齢者肺炎球菌予防接種

□実施期間 9月2日(月)～平成26年1月31日(金)
対 接種時に65歳以上で、過去5年以内に同予防接種を行っていない方
□接種費用 接種費用8,000円のうち自己負担5,000円(消費税込み)
※生活保護受給世帯、中国残留邦人などの支援受給者は自己負担金なし。医療機関で接種する際に生活福祉課で発行する受給証明書を持参してください。

□申込期限 平成26年1月末または、定員2,500人に達するまで。
申 はがき(記入例参照)
※申し込み後、10日程度で接種券をお送りします。
※実施期間外・市外の病院などでの接種、接種券を持たずに接種された場合などの還付請求はできませんのでご注意ください。
◆健康課 電話(☎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
18日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	藤沼内科クリニック 富士町4-18-11 フジビル1階 ☎042-466-5105	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。
25日	西東京中央総合病院 芝久保町2-4-19 ☎042-464-1511	酒枝医院 北原町2-1-38 ☎042-461-4944	

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	
18日	稲富歯科医院 ひばりが丘北3-3-35 ☎042-423-2084	三國歯科医院 柳沢6-4-3-107 ☎042-461-0899
25日	野口歯科医院 西原町4-3-49 ☎042-467-3955	山本歯科医院 ひばりが丘1-3-2 ☎042-421-1182