



健康ひろば



記入例

【はがき宛先】
〒202-8555市役所健康課
※往復はがきの返信用には、住所・氏名を記入

往復はがき・Eメール

「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第○子
⑦電話番号

一般

事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法など
◆健康課保(☎042-438-4037)			
糖尿病基礎講座 【保健師・管理栄養士による基礎知識・食事の話】	5月30日(月)午前10時~11時30分/ 田無総合福祉センター	糖尿病の予防また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	5月27日(金)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】 ※初めての方にお勧めです。	5月10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/ 各20人	前日までに電話予約 ※7人以上で出張講座も実施します(平日の午前9時~午後5時、会場はご用意ください)。
	5月27日(金)午前10時~11時30分/ 田無総合福祉センター		
栄養相談 【管理栄養士による相談】	5月16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3人程度	5月12日(休)までに電話予約
	5月18日(水)午前9時~10時30分/ 田無総合福祉センター		5月13日(金)までに電話予約
サンテ ミニ栄養講座 【外食・コンビニ食でできる健康食入門】	5月18日(水)午前11時15分~午後0時30分 ごごろ/田無総合福祉センター	市内在住の方/10人程度	5月13日(金)までに電話予約 ※4月14日より受付中
ボディケア講座~ひざ痛予防~ 【理学療法士による、ひざ痛予防に関する話と自宅でできる体操】	5月19日(木)午前10時~11時/ 保谷保健福祉総合センター	市内在住の方/15人	前日までに電話予約
からだと心の健康相談 【保健師による面接相談】	5月17日(火)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	5月12日(休)までに電話予約

子ども

事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法など
◆健康課保(☎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】	6月21日(火)午後1時15分から2時間程度/ 田無総合福祉センター	市内在住の6~8カ月の乳児と保護者(第1子優先)/25組	往復はがきまたはEメール(記入例参照) ✉fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期間(消印有効): 5月23日(月)~6月3日(金)
◆教育支援課保(☎042-438-4074)			
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】	5月25日(水)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/5~12歳ぐらい/10人	5月2日(月)午前9時~20日(金)に電話予約

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うえお出掛けください。

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
1日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎042-461-1535	ひばりヶ丘北口駅前クリニック ひばりが丘北3-3-30 1階 ☎042-439-4976	休日診療所 中町1-1-5 ☎042-424-3331 ※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
3日	武蔵野徳洲会病院 向台町3-5-48 ☎042-465-0700	ノーブルビルクリニック ひばりが丘北3-5-13 ☎042-424-5678	
4日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	増田医院 東町5-1-11 ☎042-422-6036	
5日	西東京中央総合病院 芝久保町2-4-19 ※小児科は午後5時まで ☎042-464-1511	酒枝医院 北原町2-1-38 ☎042-461-4944	
8日	田無病院 緑町3-6-1 ☎042-461-2682	保谷北町かなざわファミリークリニック 北町1-6-1 2階 ☎042-439-6916	

歯科 受診の際は、お問い合わせのうえお出掛けください。

受付時間	午前10時~午後4時	
1日	三浦歯科医院 ひばりが丘北4-5-17 ☎042-422-1870	
3日	神田歯科医院 緑町3-5-30 ☎042-466-3234	野本歯科医院 柳沢6-9-1 ☎042-466-0133
4日	こまむら歯科医院 下保谷2-1-21 ☎042-421-4180	しげる歯科 向台町5-1-1 ☎042-467-1107
5日	浅野第三歯科診療所 芝久保町2-19-12 ☎042-468-8714	山口歯科医院 ひばりが丘1-5-12 ☎042-421-4029
8日	竹中歯科医院 南町3-1-2 ☎042-461-0519	

電話相談

医療相談(西東京市医師会) ※専門の医師が相談に応じます。 毎週火曜日 午後1時30分~2時30分 5月10日 循環器内科 17日 産婦人科 24日 小児科・アレルギー科 31日 形成外科 ☎042-438-1100
歯科相談(西東京市歯科医師会) 毎週金曜日 午後0時30分~1時30分 ☎042-466-2033

健康ガイド

母子健康手帳の交付

医療機関で妊娠が確認されたら早めにお越しください。

交付・相談 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(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。紛失などお問い合わせは下記へご連絡ください。

◆健康課保(☎042-438-4037)

1歳6カ月児医科・歯科健康診査

小児科・内科、歯科、各指定医療機関で受診してください。

医科…身体計測、小児科・内科健診、個別相談

歯科…歯科健診・歯磨き相談

対 1歳6カ月~2歳の誕生日の前日

※1歳6カ月前ごろに個別に通知

※詳細は、個別通知をご覧ください。転入などの方はご連絡ください。

◆健康課保(☎042-438-4037)



ウメ輪紋ウイルスの調査を実施します

農林水産省と都職員(職員証持参)が、5月9日(月)~20日(金)(予定)に、市内でウメ・モモなどの調査を行います。ウイルス感染の疑いがある場合、所有者のご了解の上、葉を採取しますのでご協力をお願いします。

ウメ輪紋ウイルス 感染すると、成熟前に果実が落下するなど、農業生産への影響が懸念されます。ヒトや動物には感染しません。

問 東京都農業振興事務所緊急防除対策担当(☎042-548-4881)