



健康ひろば



記入例

【はがき宛先】
〒202-8555
市役所健康課

はがき・Eメール

【ファミリー学級】申込
①希望のコース番号
②夫婦の氏名(ふりがな)・生年月日・年齢
③住所
④電話番号
⑤出産予定日・病院名
⑥パパの参加予定日 (例)両日・2日目

一般

◆健康課保(☎042-438-4037)

事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法 [※]
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】	4月17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	4月14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あり】	4月11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】	4月21日(金)午後3時15分～4時 保谷保健福祉総合センター	市内在住の方/3人程度	4月18日(火)までに電話予約
ボディケア講座～肩こり予防～ 【理学療法士による、肩こり予防に関する話と自宅でできる体操】	4月5日(水)午後1時～2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
リハビリ窓口相談 【リハビリ方法や福祉用具・住宅改修などについて理学療法士による相談】	4月5日(水)午後2時15分～3時15分・ 20日(水)午前11時15分～午後0時15分 保谷保健福祉総合センター	リハビリに関する相談を希望する方および関係者/各2人程度	前日までに電話予約
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1コース ：4月7日(金)・22日(土)午前9時30分～午後0時15分(時間は変更の可能性あり) 保谷保健福祉総合センター	市内在住の初めて父親・母親になる方(妊婦のみの参加も可) 30組	対象出産予定月 7月・8月
			はがき・Eメール(記入例参照) ✉fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp
			申込期間(消印有効) 3月10日(金)～24日(金)

子ども

◆健康課保(☎042-438-4037)

☎…申込不要・当日、直接会場へ ※転入などは事前にご連絡ください。

<h3>3～4カ月児健康診査</h3> <p>時 3月16日(木)・23日(木) 4月6日(木)・20日(木)・27日(木)</p> <p>場 保谷保健福祉総合センター</p> <p>対 個別に通知</p>	<h3>1歳児お誕生相談会</h3> <p>時 3月27日(月)、4月10日(月)・24日(月)</p> <p>場 保谷保健福祉総合センター</p> <p>対 個別に通知(1歳3カ月までで希望する方はお問い合わせください)</p>	<h3>2歳児すくすく相談会</h3> <p>時 3月21日(火)、4月11日(火)・25日(火)</p> <p>場 保谷保健福祉総合センター</p> <p>対 個別に通知(2歳6カ月までで希望する方はお問い合わせください)</p>	<h3>3歳児健康診査</h3> <p>時 3月15日(水)・22日(水) 4月12日(水)・26日(水)</p> <p>場 保谷保健福祉総合センター</p> <p>対 個別に通知(4歳未満で希望する方はお問い合わせください)</p>
<h3>BCG予防接種</h3> <p>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。</p> <p>場 保谷保健福祉総合センター</p> <p>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</p>	<h3>育児相談</h3> <p>(身体計測と育児に関する相談) 当日</p> <p>時・場 4月28日(金)受付：午前9時30分～11時・保谷保健福祉総合センター 5月31日(水)受付：午前9時30分～11時・田無総合福祉センター</p> <p>対 乳幼児と保護者</p>	<h3>子育て講座</h3> <p>(離乳食と歯が生えてくる頃の話) 当日</p> <p>時・場 4月28日(金)・保谷保健福祉総合センター 5月31日(水)・田無総合福祉センター</p> <p>1回目：午前10時～10時40分 2回目：午前10時50分～11時30分</p> <p>対 7～8カ月ぐらゐの乳児と保護者(各回先着15組)</p>	

休日診療

※健康保険証、診察代をお持ちください。

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
19日	田無病院 緑町3-6-1 ☎042-461-2682	畑中医院 南町3-22-8 ☎042-461-3209	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
20日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎042-461-1535	芝久保内科小児科クリニック 芝久保町4-12-45 ☎042-469-6776	
26日	武蔵野徳洲会病院 向台町3-5-48 ※小児科は午後5時まで ☎042-465-0700	ひらたあや整形外科クリニック 新町2-5-35 ☎0422-56-8130	
<h3>歯科</h3> <p>受診の際は、お問い合わせのうえお出掛けください。</p>			
受付時間	午前10時～午後4時		
19日	泉台歯科医院 泉町6-1-3 ☎042-421-4980	松尾歯科医院 柳沢3-2-5 ☎042-461-8711	
20日	川島歯科クリニック ひばりが丘北4-4-16-104 ☎042-421-5490	三國歯科医院 柳沢6-4-3-107 ☎042-461-0899	
26日	富士町歯科クリニック 富士町4-18-11 B1階 ☎042-468-2900		

みんなの伝言板

※特に記載のないものは、無料です。
※内容についての問い合わせは、各サークルへお願いします。

「みんなの伝言板」(サークル紹介)は、個人情報が含まれているため、削除してあります。

地域で犯罪から子どもを守ろう



もうすぐ新学期を迎えます。新1年生や学年が上がることにより、子どもたちの活動範囲も大きく変化します。子どもたちが公園などで元気に安心して遊べるように、日頃から地域の皆さんで見守っていきましょう。

◆危機管理室☎(☎042-438-4010)

□こんな場所で遊んでいたら注意(見えにくい場所)

- 木などが生い茂っている
- 壁に囲われた駐車場
- 落書きやごみが放置されている
- 死角はないが、人が見ていない(屋上^{など})

□不審者は意外と怪しくない

不審者は怪しまれないよう行動しながら犯行の機会をうかがっています。地域で危険と思われる箇所を見て回り、子どもたちが犯罪に巻き込まれないようにしましょう。