



# 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

### A 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日目のみ

### B 往復はがき・Eメール

「離乳食講習会」申込  
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第〇子  
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
<b>◆健康課 保 042-438-4037</b>			
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24日(水)午前11時15分～午後0時25分 保谷保健福祉総合センター	市内在住の方/10人程度	前日までに電話
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9日(火)午前10時～11時30分 保谷保健福祉総合センター 5月26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20人	前日までに電話 ※7人以上で出張講座も実施(平日の午前9時～午後5時、会場はご用意ください)。
栄養相談 【管理栄養士による相談】	5月19日(金)午後1時～4時 保谷保健福祉総合センター 5月24日(水)午前9時～9時45分 田無総合福祉センター	市内在住の方/各3人程度	5月16日(火)までに電話 5月19日(金)までに電話
女性のボディケア講座 腹筋・骨盤まわり編	5月18日(水)午前10時～11時 保谷保健福祉総合センター	市内在住の20～64歳の女性(産後6カ月以上経過している方) 20人	前日までに電話
からだと心の健康相談 【保健師による面接相談】	5月22日(月)午後1時30分～3時30分 保谷保健福祉総合センター	市内在住の方/2人	5月19日(金)までに電話
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3コース：6月2日(金)・17日(土) 午前9時30分～午後0時45分 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：9月・10月	はがき・Eメール(記入例B) ☒fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期間(消印有効)：5月5日(祝)～19日(金)

## 子ども

事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法など
<b>◆健康課 保 042-438-4037</b>			
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22日(水)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・Eメール(記入例B) ☒fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期間(消印有効)：5月22日(月)～6月2日(金)
<b>◆教育支援課 保 042-438-4074</b>			
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24日(水)午後1時30分～5時 教育支援課(保谷庁舎4階)	5～12歳ぐらい 10人(1人15分程度)	5月1日(月)午前9時～10日(水)に電話

## 若年健診 申込受付開始

自覚症状がなくても、年に1回の健診で健康状態の確認をしましょう。

対 市内在住の昭和53年4月1日～平成12年3月31日生まれの方で、ほかに健康診査を受ける機会のない方(健康保険の種類は不問)

### 健診日程

日程	会場
8月29日(火)・30日(水)・31日(木)	保谷保健福祉総合センター
9月1日(金)・2日(土)・4日(月)	田無総合福祉センター

定 各日300人 ※子連れ可

申 7月14日(金)(消印有効)までに、次のいずれかの方法

①市HPから(右記QRコード)



②はがきで、件名「若年健康診査(18～39歳)」・住所・氏名・生年月日・性別・電話番号・健診希望日(第2希望まで)を〒202-8555市役所健康課へ

③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) □受診方法 申込者に受診券を送付します(8月中旬)。受診券に指定された日時・会場で受診してください。

※各日の定員を超えた場合は、希望日以外の日程でご案内する場合があります。※20・25・30・35歳の女性でご希望の方は、骨密度を測定します(8月29日(火)を除く)。年齢は平成30年3月31日時点。

◆健康課 保 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
3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	増田医院 東町5-1-11 ☎042-422-6036	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
4日	田無病院 緑町3-6-1 ☎042-461-2682	池田クリニック 柳沢2-3-13 都営柳沢2丁目アパート110号 ☎042-465-3331	
5日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎042-461-1535	田無循環器クリニック 南町5-1-8 田無クリニックモール1階 ☎042-461-1711	
7日	武蔵野徳洲会病院 向台町3-5-48 ☎042-465-0700	藤原医院 ひばりが丘北4-8-4 ☎042-421-6168	
14日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	すがひろ内科クリニック 南町4-3-2 サウスタウンビル2階 ☎042-464-3226	

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		
3日	本町歯科 田無町2-9-6 野崎ビル201号 ☎042-462-4618	三國歯科医院 柳沢6-4-3-107 ☎042-461-0899	
4日	おおたけ歯科医院 保谷町3-9-2 コーラルタウン1階 ☎042-462-6162	西東京口腔研クリニック 田無町4-24-14 横山ビル2階 ☎042-462-8413	
5日	浅野歯科医院 ひばりが丘1-3-3 ☎042-421-1868	野口歯科医院 西原町4-3-49 ☎042-467-3955	
7日	いのうえ歯科クリニック 下保谷4-14-1 2階 ☎042-423-7660		
14日	はせがわ歯科クリニック 田無町3-1-13 ラ・ベルドゥーレ田無101 ☎042-450-5800		

## 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9日 循環器内科 16日 産婦人科 23日 消化器外科 30日 小児科 ☎042-438-1100
歯科相談(西東京市歯科医師会) 金曜日 午後0時30分～1時30分 ※5日(祝)を除く ☎042-466-2033

## 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8日(月)～23日(火)に、市内一部地域でウメ・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、所有者のご了解の下に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。  
☒東京都農業振興事務所緊急防除対策担当 ☎042-548-4881