

健康ひろば



はがき・メール

記入例

「離乳食講習会」申込

①10月31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

【はがき宛先】
〒202-8555
市役所健康課

▶健康課 保 電 042-438-4037

事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法など
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のできる体操】	10月3日(水)午後1時～2時 保谷保健福祉総合センター	在住で40歳以上の方/15人	前日までに電話
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】	10月3日(水)午後2時15分～3時15分 18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
西東京しゃきしゃき体操パート2講座 【誰でも参加OK! Let's try しゃきしゃき体操!】	10月9日(火)午前10時～11時30分 保谷保健福祉総合センター	在住で立位がとれる方/20人	前日までに電話 ※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)。
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】	10月19日(金)午前10時～11時30分 保谷保健福祉総合センター	糖尿病の食事療法をこれから始める方 および家族/10人	前日までに電話
栄養ミニ講座 【悪玉コレステロールを下げるコツ】	10月11日(水)午後2時～3時20分 田無総合福祉センター	在住の方/15人程度	10月9日(火)までに電話
栄養・食生活相談 【生活習慣病予防の食事や健康づくりのための食生活について管理栄養士による相談】	10月16日(火)午後1時～4時 保谷保健福祉総合センター	在住の方/4人	10月12日(金)までに電話

▶健康課 保 電 042-438-4037 当日... 申込不要・当日、直接会場へ ※転入などの方は事前にご連絡ください。

事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法など
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】	10月31日(水)午後1時15分～3時 田無総合福祉センター	在住で5～8カ月の乳児と保護者 (第1子優先)/25組	はがき・メール(記入例) ✉fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着): 9月28日(金)

3～4カ月児健康診査

時 9月27日(水)、
10月4・18・25日(木)

場 保谷保健福祉総合センター

対 個別に通知

1歳児お誕生相談会

時 10月1・29日(月)

場 保谷保健福祉総合センター

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)

2歳児すくすく相談会

時 9月25日(火)、10月9・23日(火)

場 保谷保健福祉総合センター

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)

3歳児健康診査

時 9月26日(水)、
10月3・17・24日(水)

場 保谷保健福祉総合センター

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)

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。

場 保谷保健福祉総合センター

対 1歳になる前日までに、まだBCG接種を受けていないお子さん

育児相談 当日

(身体計測と育児に関する相談)

時 9月20日(水)、10月15日(月)

受付: 午前9時30分～11時

場 田無総合福祉センター

対 乳幼児と保護者

子育て講座 当日

(離乳食と歯が生えてくる頃の話)

時 9月20日(水)、10月15日(月)

午前10時～10時40分

場 田無総合福祉センター

対 生後7カ月前後の乳児と保護者(先着15組)

予約は9月18日(火)から 電話で 第2回 胃がん検診

①胃がん検診申込専用電話
☎0120-128-331(固定電話から)
☎03-3269-4752(携帯電話・スマートフォンから)

②Web予約
右記QRコードから

- 時・場** 下表参照
※検診は午前中実施します。予約状況など詳細は申込専用電話へお問い合わせください。
- 内** 問診・エックス線検査(バリウム使用)
※前夜からの食事・水分などの制限が必要です。
- 対** 平成31年3月31日時点で40歳以上の方(前年度に受診した方を除く)
- 申** 9月18日(火)から上記申込専用電話またはWebへ
(平日午前9時～午後5時)
※予約の際に「西東京市で行う胃がん検診の予約」と伝えてください。
※初日から数日と午前中は、電話がつながりにくい場合あり
※定員に達した時点で受付終了
※申込完了後、お知らせを順次発送
- 受診できない方**
- 妊娠中または妊娠の可能性がある(授乳中は可)
 - 腎臓病(透析)などで水分摂取制限を受けている
 - 過去にバリウム・発泡剤・下剤使用後の体調不良や、それによるアレルギー症状が出たことがある
 - 高血圧(180/110以上)
 - 1年以内に脳血管障害や心疾患で発作があった(脳梗塞・脳内出血・心臓発作など)
 - 検診に関する、技師からの指示(検査に必要な動作)を行えない
- 主治医の許可があれば受診可能な方**
- 胃の手術をした
 - 胃の治療中または経過観察中
 - 腸閉塞・腸ねん転・大腸憩室炎などの既往がある

□第2回 胃がん検診 日程 検診時間: 午前8時45分～11時30分

会場	男性	女性
田無総合福祉センター	10月26日(金)、 11月18日(日)・24日(土)	10月15日(月)・16日(火)・27日(土)、 11月21日(水)・29日(木)
保谷保健福祉総合センター	10月29日(月)、 11月8日(水)・12日(月)	11月2日(金)・13日(火)、 12月3日(月)・7日(金)

※第3回日程は、11月15日号と市報に掲載予定 各日定員50人

□申込期間の変更について
4月1日号と同時配布の「平成30年度版西東京市健康事業ガイド」でご案内した申込開始日が都合により変更となりました。ご注意ください。
▶健康課 保 電 042-438-4021
※健康課では予約の受付はしていません。

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
16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
17日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎042-461-1535	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	
23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	牧野内科クリニック 田無町3-1-13 ラ・ベルドゥーレ田無103 ☎042-469-6655	
24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	
30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	ひらつか内科クリニック 南町2-1-14 新倉ビル1階 ☎042-420-6661	

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	
16日	いのうえ歯科クリニック 下保谷4-14-1 2階 ☎042-423-7660	竹中歯科医院 南町3-1-2 ☎042-461-0519
17日	浅野第三歯科診療所 芝久保町2-19-12 ☎042-468-8714	たきもと歯科医院 東町2-13-18 ☎042-438-3055
23日	小川歯科 南町2-2-7 ☎042-461-9301	仲川歯科医院 ひばりが丘北2-8-15 ☎042-422-5450
24日	神田歯科医院 緑町3-5-30 ☎042-466-3234	こまむら歯科医院 下保谷2-1-21 ☎042-421-4180
30日	本町歯科 田無町2-9-6 野崎ビル201号 ☎042-462-4618	