

# 健康ひろば



**記入例**

はがき  
「喉頭がん検診」申込  
①氏名(ふりがな)  
②性別  
③住所  
④生年月日  
⑤電話番号

【はがき宛先】  
〒202-8555  
市役所健康課

▶健康課 保 042-438-4037			
事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法など
からだと心の健康相談 【保健師による面接相談】	6月14日(金)午後1時30分～3時30分 田無総合福祉センター	在住の方/2人	6月11日(火)までに電話
女性のための 腹筋・骨盤底筋エクササイズ講座 保育あり	6月20日(木)午前10時～11時 保谷保健福祉総合センター	在住で18～64歳の女性 (産後6カ月以上経過している方) 20人(1歳未満のお子さん参加可)	6月17日(月)までに電話
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】	7月4日(木)午前10時～11時30分 田無総合福祉センター	糖尿病の食事療法をこれから始める方 および家族/10人	7月1日(月)までに電話

▶教育支援課 保 042-438-4074			
事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法など
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】	6月19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)	6月3日(月)～12日(水) 午前9時～午後5時に電話

## 健康ガイド

■**喉頭がん検診** 6月3日より一次受付  
□**検診期間** 8月1日(木)～11月30日(土)  
対 40歳以上で特にたばこを吸う方  
¥ 自己負担600円  
申 6月21日(金)(消印有効)までに、●はがき(記入例) ●窓口(保谷保健福祉総合センター健康課・田無庁舎2階保険年金課) ●市HPから  
※7月下旬以降、随時受診券を発送  
※検診期間中は、11月15日(金)(消印有効)まで随時申込受付  
▶健康課 保 042-438-4021

■**赤ちゃん訪問(新生児・産婦訪問)**  
助産師・保健師が訪問し、赤ちゃんの体重測定、発育や発達状況の確認、授乳相談、お母さんの体調などの相談に応じます。訪問日時は後日、訪問指導員より連絡します。  
※訪問指導員の個人の携帯電話から連絡する場合があります。  
申 母と子の保健ファイル(母子健康手帳交付時に配布)に同封の赤ちゃん訪問はがき(出生通知票)を郵送または電話で下記へ  
▶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、歯科の各指定医療機関で受診してください。  
内 ●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カ月ごろに個別通知)  
※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

■**1～3歳児お口の健康支援室**  
歯磨きが上手にできない、歯医者で口が開けられず診察が難しい、食事を上手に食べられないなどの子どもを対象とした、お口の健康に関する相談室です。  
内 歯科健診、歯科保健指導、歯磨き練習、栄養・育児相談  
申 電話・往復はがきで、住所・保護者氏名・子どもの氏名と生年月日・電話番号・申込理由を〒202-8555市役所健康課「お口の健康支援室」係へ  
※相談日を明記し返送します。ご都合がつかない場合はご連絡ください。  
▶健康課 保 042-438-4037



## 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
2日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	整形外科高橋クリニック 南町5-3-12 ☎042-461-8822	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
9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	しげみつファミリークリニック 田無町5-4-13 ハママンション第二1階 ☎042-452-7411	

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	
2日	鎌田歯科 ひばりが丘3-2-6 ☎042-423-2526	9日 ニイヤマ歯科 田無町6-6-31 ☎042-465-8666

## 6月1日～7日 HIV検査普及週間

HIV検査※・相談は、無料・匿名・予約不要 ※エイズの原因となるヒト免疫不全ウイルスの感染の有無を調べる検査

□**HIV(ヒト免疫不全ウイルス)検査とは?**  
エイズの原因となるウイルスで、血液検査で分かります。  
また、感染力は弱いため日常の社会生活では感染せず、多くは性行為により感染します。HIVに感染し、免疫力が低下することで、さまざまな病気を発症するとエイズと診断されます。

□**早期発見が重要** 服薬によりウイルスの増殖を抑え、エイズの発症を防ぐことで、健康なときとほぼ変わらない生活を送ることができます。この機会に検査を受けてみませんか。

□**HIV/エイズの電話相談**  
東京都エイズ電話相談  
☎03-3292-9090  
平日：午前9時～午後9時  
(土・日・祝)：午後2時～5時

□**検査施設**  
●多摩小平保健所  
☎042-450-3111  
小平市花小金井1-31-24

毎週(火)午後1時30分～3時(直接来所)  
●多摩地域検査・相談室  
立川市羽衣町2-63  
●検査に関する問い合わせ  
☎090-2537-2906  
(平日および(土)の午前9時30分～午後5時)  
●予約専用  
☎080-2022-3667  
(平日午前10時～午後4時)  
▶健康課 保 042-438-4037

## 風しん対策抗体検査・予防接種

6月1日(土)から、風しんに対する抗体検査および予防接種を開始します。

□**先天性風しん症候群対策の抗体検査(無料)・予防接種(5,800円)**  
対 在住の19歳以上で、  
①妊娠を予定または希望する女性  
②①の同居者  
③妊婦の同居者  
※予防接種は、抗体検査の結果、接種が必要とされた方のみ

□**2～18歳の麻しん風しん予防接種(5,800円)**  
対 在住の2～18歳で、麻しん風しん定期予防接種期間中に接種を行わなかった方  
※生活保護受給世帯・中国残留邦人等支援給付世帯などは、証明となるものを医療機関に持参すれば、接種費用は無料  
※詳細は市HPまたは下記へ  
▶健康課 保 042-438-4021



## 電話相談

医療相談(西東京医師会) ※専門の医師が相談に応じます。

火曜日 午後1時30分～2時30分  
6月4日 産婦人科 ☎042-438-1100  
11日 精神科・心療内科  
18日 耳鼻咽喉科  
25日 消化器内科

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 ☎042-466-2033