

# 健康ひろば



## 記入例

【はがき宛先】  
〒202-8555  
市役所健康課

### はがき

【〇〇検診】申込

- ①氏名(フリガナ)
- ②住所
- ③生年月日
- ④性別
- ⑤電話番号

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスクの着用や手洗いにご協力をお願いします。

▶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
<b>西東京しゃきしゃき体操パート2 講座</b> 【初心者大歓迎!足の筋力やバランス能力を向上させましょう!】	8月4日(火)午前10時~11時30分 防災・保谷保健福祉総合センター3階	在住で立位がとれる方/15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)。
<b>ボディケア講座~腰痛予防~</b> 【理学療法士による、腰痛予防に関する話と自宅でできる体操】	8月5日(水)午後1時~2時 防災・保谷保健福祉総合センター3階	在住の18歳以上の方/15人	前日までに電話
<b>リハビリ窓口相談</b> 【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】	8月5日(水)午後2時15分~3時15分 8月20日(木)午前11時15分~午後0時15分 防災・保谷保健福祉総合センター3階	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	前日までに電話
<b>からだと心の健康相談</b> 【保健師による面接相談】	8月6日(木)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	8月3日(月)までに電話
<b>栄養・食生活相談</b> 【肥満や糖尿病などの生活習慣病予防の食事などについて管理栄養士による相談】	8月26日(水)午前9時~正午 田無総合福祉センター	在住の方/4人	8月21日(金)までに電話

▶健康課 保 電 042-438-4037

### BCG予防接種

対象となるお子さんに、日時を指定した通知を送付します。  
**場** 防災・保谷保健福祉総合センター3階  
**対** 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

### 3歳児健康診査

**時** 7月29日(水)・30日(木)、8月5日(水)・19日(水)  
**場** 防災・保谷保健福祉総合センター2階  
**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)

## 予約は7月15日(水)から電話やWebで 第1回 胃がん検診

**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** 令和3年3月31日時点で40歳以上で、前年度に市の胃がん検診を受診していない方  
**申** 7月15日(水)9時から、下記申込専用電話またはWebへ(平日午前9時~午後5時)  
**①** 胃がん検診申込専用電話  
**電** 0120-128-331 (固定電話から)  
**電** 03-3269-4752 (携帯電話・スマホから)  
 ※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、電話が繋がりにくい場合があります。  
 ※第2回の日程は9月15日号と市HPに掲載予定

**②** Web予約  
 右記QRコードから

※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のある(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

**□** 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	9月10日(木)・19日(水)・29日(火)、10月5日(月)・8日(木)	9月7日(月)・28日(月)、10月1日(木)・17日(土)
防災・保谷保健福祉総合センター	9月4日(金)・16日(水)、10月16日(金)	9月1日(火)・23日(水)、10月14日(水)

▶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。

## 病気の子どもを預かります 病児・病後児保育室(事前登録制)

病気の中や回復期の子どもを一時的にお預かりします(この事業は、市が医療機関に実施を委託しています)。▶子育て支援課 電 042-460-9841

- 病児保育室ありあ  
**電** 042-439-5212  
**場・定** 南町5-11-8・6人
- 病児保育室えくぼ  
**電** 042-438-7001  
**場・定** 下保谷4-2-21・8人
- 病後児保育室ぱんだ  
**電** 042-465-0988  
**場・定** 田無町4-27-3・6人

**□** 利用時間  
 (月)~(金)…午前8時30分~午後6時  
 (土)…午前8時30分~午後0時30分  
**対** 保護者が在住・在勤で、満6カ月~10歳に達する日の属する年度

の末日までの子ども  
**¥** ● 4時間以内…1,500円  
 ● 4時間超…3,000円  
 ※生活保護受給世帯や住民税非課税世帯などは減免あり  
**申** 登録申込書・収入状況報告書(利用料金の減免申請する方のみ)・在勤証明書(市外在住の方のみ)を記入し、住所が確認できるもの(免許証・保険証など)を利用したい施設へ持参  
**□** 申込書類の配布  
 子育て支援課(田無第二庁舎2階)、各病児・病後児保育室・市HPから

## 健康ガイド

※年齢は令和3年3月31日時点  
 ※検診場所は市内指定医療機関

- 肝臓ウイルス・大腸がん・前立腺がん検診  
**□** 検診期間 9月1日(火)~12月18日(金)  
**□** 申込期間 7月15日(水)~12月11日(金)(消印有効)  
 ※8月3日(月)までの申込者には、8月下旬に受診券を送付。8月4日(火)以降は順次送付予定  
**【以下の方は申込不要】**  
**①** 市で実施する特定健診・一般健診を受診する方(6月または7月下旬に受診券を送付。健診と同時実施)  
**②** 肝臓ウイルス検診は、当検診を未受診で、①以外の40・45・50・55・60・65・70歳の方(8月下旬に受診券を送付)  
**◇** 肝臓ウイルス検診  
**内** 血液検査(B型・C型肝炎ウイルス検査)  
**対** 当検診を未受診の年度末年齢40歳以上の方  
**◇** 大腸がん検診  
**内** 便潜血検査(2日法)  
**対** 年度末年齢で40歳以上の方  
 ※大腸がんで治療中の方は対象外
- ◇ 前立腺がん検診  
**内** 血液検査(PSA検査)  
**対** 年度末時点で50~74歳の偶数年齢の男性  
 ※前立腺がんで治療中、経過観察中の方は対象外  
**¥** 500円(生活保護世帯の方は受給証明書持参で無料)  
**■** 骨粗しょう症検診~骨密度測定をして、自分の骨を知ろう!~  
**□** 検診期間 9月1日(火)~10月30日(金)  
**□** 申込期間 7月15日(水)~10月23日(金)(消印有効)  
**内** 骨密度測定・生活指導  
**対** 年度末時点で40・45・50・55・60・65・70歳の女性  
 ※8月下旬以降、順次受診券を送付

**□** 申込方法(全検診共通)  
 ● はがき(記入例)  
 ● 窓口(防災・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)  
 ● 市HPから(QRコード)  
 ▶健康課 保 電 042-438-4021

休日診療は6面へ