

健康ひろば



※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・手指消毒にご協力をお願いします。

▶健康課 電話 042-438-4037				
事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法 [※]	
一般 女性のための腹筋・骨盤底筋エクササイズ講座 保育 ^{あり}	3月18日(木)午前10時~11時 防災・保谷保健福祉総合センター3階	在住で18~64歳の女性(産後6カ月以上経過している方) 8人(1歳未満のお子さん参加可)	3月15日(月)までに電話	
一般 出産準備クラス マタニティーズ 【赤ちゃんのお世話(抱っこ、おむつ替え、着替え、お風呂)の実習 ^{など} 】	3月19日(金)午前10時~11時10分 防災・保谷保健福祉総合センター2階	在住で妊娠30週以降の妊婦(父親の参加可)/12組 ※市のファミリー学級に参加していない方優先	3月17日(木)までに電話	
一般 西東京しゃきしゃき体操パート2講座 【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!】	3月26日(金)午前10時~11時30分 田無総合福祉センター	在住で立位がとれる方/10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)。	
子ども ▶教育支援課 電話 042-420-2829				
事業名	日時/場所	対象/定員	申込方法 [※]	
子ども 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】	3月10日(水)午後1時30分~5時 教育支援課(田無第二庁舎4階)	5~12歳ぐらい 10人(1人15分程度)	3月1日(月)~8日(月) 午前9時~午後5時に電話	

健康ガイド

母子健康手帳の交付・たまご面接

医療機関で妊娠が確認されたら早めにお越しください。

時 午前9時~正午、午後1時~4時
※お時間に余裕をもってお越しください。

場 健康課(防災・保谷保健福祉総合センター4階)、子育て支援課(田無第二庁舎2階)

内 母子健康手帳の交付、妊婦の方と保健師・助産師の面接相談

▶健康課 電話 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 電話 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)

※発熱など、感冒様症状のある方は、お電話でお問い合わせください。

※感染拡大防止のため、インフルエンザの検査はしていません。インフルエンザの疑いのある方については、臨床診断での対応となります。

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
7日	佐々総合病院 田無町4-24-15 電話 042-461-1535 ※小児科は午後4時30分まで	ノーブルビルクリニック ひばりが丘北3-5-13 電話 042-424-5678	休日診療所 中町1-1-5 電話 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
14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 電話 042-465-0700	ひばりが丘北口駅前クリニック ひばりが丘北3-3-30 エクレールひばり1階 電話 042-439-4976	

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		
7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 電話 042-450-5800		
14日	たきもと歯科医院 東町2-13-18 電話 042-438-3055		

電話相談

医療相談(西東京市医師会) ※専門医が相談に応じます。
火曜日 午後1時30分~2時30分 電話 042-438-1100
3月2日 小児外科 9日 産婦人科
16日 皮膚科 23日 眼科 30日 循環器内科

歯科相談(西東京市歯科医師会) 電話 042-466-2033
金曜日 午後0時30分~1時30分

がん検診 精密検査の受診は、お済みですか

がん検診の結果、精密検査の対象となっていた方で、検査の受け忘れはありませんか。がんだった場合、発見が早ければ早いほど治療できる可能性が高まります。受診がまだの方は速やかにお受けください。なお、手紙や電話で受診状況を確認させていただく場合がありますことをご了承ください。

精密検査の受診や検査などについてご不明な点がある場合は、下記へお問い合わせください。

▶健康課 電話 042-438-4037



結核は過去の病気ではありません

3月24日は世界結核デー

都内では年間約1,800人の新規結核患者が発生しています。

結核はどの年代もかかる可能性のある病気です。咳や発熱、食欲不振、体重減少などの症状が2週間以上続

く場合は医療機関を受診しましょう。また、周囲の人に感染させないために、職場・学校などの健康診断や市の胸部健診を毎年必ず受けましょう。

▶健康課 電話 042-438-4037

献血のご協力をお願いします!

輸血用血液の確保が厳しい状況が続いています。西東京市献血推進協議会による献血を実施しますので、皆様のご協力をお願いします。

時 3月5日(金)午前9時30分~11時30分・午後0時50分~3時30分

場 保谷庁舎正面玄関前

対 16~64歳 ※60~64歳の間に献血のご協力実績がある方は、69

歳まで献血できます。
▶健康課 電話 042-438-4021



市内の情報をお届けします

大好きです 西東京

市の木・市の花を知っていますか?

西東京市の「市の木・市の花」は、市誕生3周年を迎えるにあたり、市のシンボルとして指定されました。市の木には、武蔵野台地の象徴ともいえる「けやき」と自然を守り育てるイメージとして「はなみずき」を、市の花には、自然と緑のあるまちづくりを目指すシンボルとして「つつじ」「ひまわり」「コスモス」「すいせん」と四季折々の花を指定しています。寒い日が続いていますが、市役所

田無庁舎には心温まるかわいらしい「すいせん」が咲いていました。皆さんも季節を巡り「市の木」「市の花」を探してみませんか。



すいせん 田無庁舎 (撮影: 2月19日)

▶秘書広報課 電話 042-460-9804