

# 健康ひろば



## 記入例

【はがき宛先】  
〒202-8555  
市役所健康課

**A はがき・メール**  
「離乳食講習会 ステップ」申込  
①7月8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

**B はがき**  
「若年健康診査」申込  
①氏名  
②住所  
③生年月日  
④電話番号  
⑤希望日(第2希望まで)

※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(保) ☎042-438-4037			
事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法など
<b>からだとの健康相談</b> 【保健師による面接相談】	6月14日(月)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(金)までに電話
<b>女性のための腹筋・骨盤底筋エクササイズ講座</b> 保育あり	6月17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歳未満のお子さんも参加可)	6月14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】	6月24日(木)午前9時～正午 田無総合福祉センター	在住の方/4人	6月21日(月)までに電話

▶健康課(保) ☎042-438-4037			
事業名	日時/場所	対象/定員	申込方法など
<b>離乳食講習会 ステップ</b> 【離乳食の中期から後期のお話、試食、歯科の話】	7月8日(木)午前10時45分～正午 田無総合福祉センター	在住の6～9カ月の乳児と保護者 (第1子優先)/16組	はがき・メール(右上記入例A) ✉fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着):6月24日(木)
▶教育支援課(田無第二庁舎) ☎042-420-2829			
<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</b> 【言語訓練士等による相談】	6月9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)	6月1日(火)～8日(火) 午前9時～午後5時に電話

## 健康ガイド

### ■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 在住の昭和57年4月1日～平成16年3月31日生まれで、他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)

定 各日200人

※付き添いの方と来所する場合は、申込時にお申し出ください。

※子連れ可(保育なし)

#### □健診日程

会場	健診日程
防災・保谷保健福祉総合センター	8月26日(木)・27日(金)・28日(土)
田無総合福祉センター	8月30日(月)・8月31日(火)・9月1日(水)

申 7月9日(金)(消印有効)までに次のいずれかの方法

●市HPから(下記QRコード)

●はがき(右上記入例B)

●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)

□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ことがあります



▶健康課 ☎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。

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

### ■風しん対策抗体検査・予防接種

6月1日(火)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・予防接種

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

※ ●抗体検査:無料

●麻しん・風しん:5,800円(自己負担)

●風しん単独:4,000円(自己負担)

※予防接種は、抗体検査の結果、接種が必要とされた方のみ

※生活保護受給世帯・中国残留邦人等支援給付世帯の方は、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

□2～18歳の麻しん風しん予防接種

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

※ ●麻しん・風しん:5,800円(自己負担)

●風しん単独:4,000円(自己負担)

※生活保護受給世帯・中国残留邦人等支援給付世帯の方は、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 ☎042-438-1100  
6月1日 産婦人科 8日 精神科  
15日 耳鼻咽喉科 22日 呼吸器内科・循環器内科  
29日 消化器内科

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

## 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。 ▶健康課(保) ☎042-438-4037

### □HIV/エイズの電話相談

東京都HIV/エイズ電話相談

☎03-3227-3335 ●平日:正午～午後9時 ●(土)・(日)・(祝):午後2時～5時

### □検査施設

検査を休止している場合がありますので、HPなどでご確認のうえ、ご来所ください。

●多摩小平保健所(小平市花小金井1-31-24)

☎042-450-3111

原則、毎週(火)午後1時30分～3時(直接来所)

●多摩地域検査・相談室(立川市柴崎町2-21-19)

●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(検査は(土))

☎080-2022-3667

平日午前10時～午後4時

## 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(1週間以内に発熱37.5度以上を含む)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、鼻腔拭い液での検査(インフルエンザ検査等)はしていません。インフルエンザなどの疑いがある方については、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
6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	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。
13日	田無病院 緑町3-6-1 ☎042-461-2682	石川クリニック 保谷町2-6-1 ☎042-464-1550	※受付時間は、各診療終了時間の30分前まで

**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		
6日	山本歯科医院 ひばりが丘1-3-2 ☎042-421-1182	13日	なつデンタルクリニック 新町4-6-7 1階 ☎0422-50-0588