

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
①1月13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○子
⑦電話番号

B はがき
「〇〇検診」申込
①氏名
②住所
③生年月日
④電話

※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 [※] | |
| 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 | 12月16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) | 12月13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 [※] | |
| 子ども 離乳食講習会 ステップ 【離乳食の中期から後期のお話、試食、歯科の話】 | 令和4年1月13日(木) 午前10時40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):12月23日(木) | |
| ▶教育支援課 田 042-420-2829 | | | | |
| 事業名 | 日時/場所 | 対象/定員 | 申込方法 [※] | |
| 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 【言語聴覚士などによる相談】 | 12月10日(金)午後1時30分~5時 教育支援課(田無第二庁舎4階) | 5~12歳くらい 10人(1人15分程度) | 12月1日(水)~9日(木) 午前9時~午後5時に電話 | |

健康ガイド

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 12月6日(月)午前9時30分~11時30分・午後0時50分~3時30分

場 田無庁舎1階

対 16~69歳の方 ※65~69歳の方は、60~64歳の間に献血経験がある場合は献血できます。

▶健康課 保 042-438-4021



献血キャラクター
ぴんぴんちゃん

大腸がん・前立腺がん・肝炎ウイルス検診の受診は12月20日(月)まで

申 12月10日(金)までに、

- はがき(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)



●市HPから
(右記QRコードから)

▶健康課 保 042-438-4021

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 電話で下記へ

▶健康課 保 042-438-4037

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

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

西東京市特定(一般)健康診査受診期間終了間近

今年度健診を受診しましたか? 未受診の方はぜひ受診してください。

□健診期間 12月20日(月)まで

※受診券を紛失した方は再発行しますので、下記へご連絡ください。

▶健康課 保 042-438-4021

妊娠中の方へ ~たまご面接を受けましたか?~

妊娠中の過ごし方や赤ちゃんを迎える準備、産後の生活のイメージについてなど、保健師や助産師が妊婦さんとの面談を実施しています。健康課内に、プライバシーに配慮したお部屋も準備しています。

タブレットでの通訳もできますので、日本語が苦手な方も安心してお越しください。

対 在住で妊娠中の方

▶健康課 保 042-438-4037



面接を受けた方へ配布します(配布は妊娠中に1回のみ)

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、電話予約のない方の鼻腔拭い液での検査(インフルエンザ検査など)はしていません。
※休日診療所は、東京都指定の診療・検査医療機関です。

| 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 |
|------|--|--|---|
| 5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 | すがひろ内科クリニック 南町4-3-2 サウス タウンビル2階 042-464-3226 | 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 |
| 12日 | 保谷厚生病院 栄町1-17-18 042-424-6640 | こみち内科クリニック 芝久保町1-5-8 ハynes田無式番館104 042-450-6731 | |

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 | | |
|------|--|-----|--|
| 5日 | おばら歯科医院 西原町5-3-1 レアール田無105 042-451-6480 | 12日 | キンデンタルクリニック ひばりが丘北3-3-52 Ponte Felice 2階 042-423-1470 |

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 12月7日 呼吸器内科 14日 小児科 21日 糖尿病内科 | 042-438-1100 |
| 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 ※31日(金)を除く | 042-466-2033 |

第73回人権週間

国際連合は、「世界人権宣言」が1948年12月10日に国連総会で採択されたことを記念し、12月10日を「人権デー(Human Rights Day)」と決めました。日本では、人権デーを最終日とする1週間(12月4日~10日)を「人権週間」としています。

□電話による人権相談(法務省)

- みんなの人権110番(全国共通人権相談ダイヤル)
0570-003-110
- 女性の人権ホットライン
0570-070-810
- 子どもの人権110番
0120-007-110

※法務省の人権擁護機関では、人権相談をインターネットでも受け付けています。法務省HPをご確認ください。

□12月の人権・身の上相談

人権侵害、家庭内のもめ事、近所付き合いでの悩み事などについて、人権擁護委員が市民の皆さんの相談をお受けします。

時 12月9日(木)・22日(水)午前9時~正午・午後1時~4時

場 田無庁舎2階

申 12月1日(水)午前8時30分から電話で下記へ

▶協働コミュニティ課 田 042-420-2821