

健康ひろば



記入例

【はがき宛先】
〒202-8555
市役所健康課

メール

「まますた」申込
①6月8日
②氏名(ふりがな) 母親と赤ちゃん
③赤ちゃんの生年月日、月齢
④出産した場所(医療機関名など)
⑤電話番号
⑥住所(町名)
⑦上の子の来所予定の有無と人数、年齢

はがき

「肺炎球菌予防接種」申込
①氏名
②住所
③生年月日
④電話番号
※過去に高齢者肺炎球菌予防接種を受けたことがある方は申込不可

電子申請

A) ファミリー学級



D) 肺炎球菌予防接種



※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
女性のための 腹筋・骨盤底筋エクササイズ講座 保育あり	5月19日(休)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)	5月16日(月)までに電話
からだと心の健康相談 【保健師による面接相談】	5月23日(月)午後1時30分~3時30分 防災・保谷保健福祉総合センター2階	在住の方/2人	5月20日(金)までに電話
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!】	5月27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)。
ファミリー学級・2日制 第3コース ~初めて父親・母親になる方のための教室~ 1日目:妊娠中の生活と健康 2日目:赤ちゃんのお世話について	1日目:6月3日(金)午前10時~11時30分 2日目:6月18日(土)(時間は個別通知) 防災・保谷保健福祉総合センター2階	在住で初めて父親・母親になる方/24組 対象出産予定月:9~10月 ※1日目は妊婦のみ	市 印 または、右上電子申請 印 申込期間:5月6日(金)~20日(金)
栄養・食生活相談 【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8日(水)午前9時~正午 田無総合福祉センター	在住の方/4人	6月3日(金)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
まますた 【出産後まもない時期のママたちのフリートーキング・情報交換】	6月8日(水)午前9時45分~11時 (受付:9時30分) 防災・保谷保健福祉総合センター3階	在住の4カ月ごろまでの乳児とその母親/8組	電話・メール(右上記入例 印) famiboshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着):6月3日(金)
▶教育支援課 田 042-420-2829			
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】	5月13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)	5月2日(月)~12日(休) 午前9時~午後5時に電話

健康ガイド

■高齢者肺炎球菌予防接種

対 高齢者肺炎球菌予防接種を初めて受ける方で、次の①・②のいずれかに該当する方

- ①年度末年齢が、65・70・75・80・85・90・95・100歳の方(下記参照)
- ②接種日に60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能の障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に身体障害者手帳1級程度の障害がある方

□実施期間

6月1日(水)~令和5年3月31日(金)

65歳	昭和32年4月2日から昭和33年4月1日生まれの方
70歳	昭和27年4月2日から昭和28年4月1日生まれの方
75歳	昭和22年4月2日から昭和23年4月1日生まれの方
80歳	昭和17年4月2日から昭和18年4月1日生まれの方
85歳	昭和12年4月2日から昭和13年4月1日生まれの方
90歳	昭和7年4月2日から昭和8年4月1日生まれの方
95歳	昭和2年4月2日から昭和3年4月1日生まれの方
100歳	大正11年4月2日から大正12年4月1日生まれの方

¥自己負担額2,500円

※生活保護受給世帯・中国残留邦人等支援給付世帯の方は、証明書を医療機関に持参すれば無料

申 5月2日(月)~令和5年3月24日(金)までに、はがき(右上記入例 印)・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 印 から(右上電子申請 印)
※年度末年齢65歳の方は申込不要。ただし、5月16日(月)以降に転入手続をされた方は要申込

▶健康課 保 042-438-4021

■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
※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 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

+ 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き液での検査(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
1日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 042-424-6640	ひらたあや整形外科クリニック 新町2-5-35 0422-56-8130	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
3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	ますだ内科クリニック 芝久保町3-6-26 042-463-1159	
4日	田無病院 緑町3-6-1 042-461-2682	ノーブルビルクリニック ひばりが丘北3-5-13 042-424-5678	
5日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ※小児科は午後4時30分まで 042-461-1535	増田医院 東町5-1-11 042-422-6036	
8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	田村医院 田無町7-3-17 042-461-8441	

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	
1日	泉台歯科医院 泉町6-1-3 042-421-4980	
3日	畑中歯科医院 東町5-9-3 シャトー本多A号 042-423-8249	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101 042-450-5800
4日	川島歯科クリニック ひばりが丘北4-4-16 ラクヒルズ吉番館104 042-421-5490	田無町歯科クリニック 田無町4-23-4 042-468-2221
5日	遠藤歯科医院 田無町2-21-4 042-461-1100	たきもと歯科医院 東町2-13-18 042-438-3055
8日	ニイヤマ歯科 田無町6-6-31 042-465-8666	

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 042-438-1100 5月10日 泌尿器科 17日 整形外科 24日 小児科 31日 精神科
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