

# 健康ひろば



## 記入例

B メール	C はがき
「まますた」申込 ①7月1日 ②氏名(ふりがな) ③赤ちゃんと赤ちゃん ④出生した場所(医療機関名など) ⑤電話番号 ⑥住所(町名)	「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)

## 電子申請



※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 ☎042-438-4037	事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法など	
一般	からだと心の健康相談 【保健師による面接相談】	6月13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10日(金)までに電話	
	女性のための腹筋・骨盤底筋エクササイズ講座 保育あり	6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)	6月13日(月)までに電話	
	ファミリー学級・2日制 第4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:7月8日(金)午前10時～11時30分 2日目:7月30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:10～11月 ※1日目は妊婦のみ	市HPまたは、右上電子申請 申込期間:6月10日(金)～24日(金)	
子ども	健康課 ☎042-438-4037	事業名	日時/場所	対象/定員	申込方法など
も	まますた 【第一子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】	7月1日(金)午前9時45分～11時 (受付:9時30分) 田無総合福祉センター	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(右上記入例回) famiboshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着):6月28日(火)	
	教育支援課 ☎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】	6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)	6月1日(水)～9日(木) 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58年4月1日～平成17年3月31日生まれで、他で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

※車椅子でお越しの方、付き添いの方と来所する方は、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(金)・27日(土)・29日(月)
田無総合福祉センター	8月31日(水)、9月1日(木)・2日(金)

申 7月8日(金)(消印有効)までに次のいずれかの方法

●市HPから

●はがき(右上記入例C)

●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



### ■先天性風しん症候群対策の抗体検査・予防接種

6月1日(水)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 19歳以上の市民で、

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、証明書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などの方は、証明書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 ☎042-438-4021

### ■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。

□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。

●東京都新宿東口検査・相談室(新宿区歌舞伎町2-46-3 SIL新宿ビル2階)

☎03-6273-8512

平日:午後3時30分～7時30分

(土)・(日):午後1時～4時30分

※祝日を除く

●多摩地域検査・相談室(予約制)  
立川市柴崎町2-21-19 東京都立川福祉保健庁舎内2階

・予約受付

平日:午前10時～午後4時

・検査

(土):午前10時～10時30分、午後1時～2時

☎080-2022-3667

▶健康課 ☎042-438-4037

### ■健康ポイントアプリ「あるこ」で健康チャレンジ

6月中、チャレンジ課題を達成できた方の中から抽選で協賛品をプレゼントする企画「あるチャレ」を開催します!コロナ禍でも行える健康づくりに取り組んでみませんか。

チャレンジ内容・参加方法の詳細は、アプリの西東京市ページよりご確認ください。

□「あるこ」登録方法

アプリ「グッピーヘルスケア」が必要です。

※詳細は市のHPをご覧ください。

▶健康課 ☎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	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎042-461-1535 ※小児科は午後4時30分まで	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。 ※受付時間は、各診療終了時間の30分前まで
12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	増田医院 東町5-1-11 ☎042-422-6036	

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	浅野第三歯科診療所 芝久保町2-19-12 ☎042-468-8714	12日	たむらデンタルクリニック 東町4-13-23 メープルヴィレッジ1階 ☎042-439-4618

## 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

6月7日 産婦人科 14日 耳鼻咽喉科

21日 呼吸器内科 28日 消化器内科

☎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

☎042-466-2033