

健康ひろば



記入例

【はがき宛先】〒202-8555 市役所健康課

【A メール】「離乳食講習会 ステップ」申込
①7月21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】「喉頭がん検診」
①氏名(ふりがな)
②住所
③生年月日
④電話番号

電子申請

【C 各種健康診査等】

※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ご協力をお願いします。

一般	▶健康課 保 電 042-438-4037			
	事業名	日時／場所	対象／定員(申込順)	申込方法 ^{など}
	ボディケア講座～姿勢改善～ 【理学療法士による、姿勢改善に関する話と自宅でできる体操】	7月6日(水)午後1時～2時 防災・保谷保健福祉総合センター3階	在住で18歳以上の方／8人	前日までに電話
	栄養ミニ講座 【悪玉コレステロールを下げるコツ】	7月13日(水)午前10時15分～11時30分 田無総合福祉センター	在住の方／10人	7月8日(金)までに電話
	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】	7月13日(水)午後1時～4時 田無総合福祉センター	在住の方／4人	7月8日(金)までに電話
	糖尿病基礎講座 【保健師・管理栄養士による基礎知識・食事の話】	7月14日(木)午前10時～11時30分 田無総合福祉センター	糖尿病の食事療法をこれから始める方および家族／10人	7月11日(月)までに電話
子ども	リハビリ窓口相談 【リハビリ方法や福祉用具・住宅改修などについて理学療法士による相談】	①7月6日(水)午後2時15分～3時15分 ②7月21日(水)午前11時15分～午後0時15分 防災・保谷保健福祉総合センター3階	リハビリに関する相談を希望する方および関係者／各2人	前日までに電話
	個別育児相談会 【身長・体重測定と、育児・母乳・栄養・歯科・遊び方・お母さんの健康などの個別相談】	①7月11日(月)防災・保谷保健福祉総合センター2階 ②7月20日(水)田無総合福祉センター 午前9時30分～11時30分の間で1人30分程度	乳幼児と保護者／各25組	①は7月7日(水)までに電話 ②は7月15日(金)までに電話
	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】	7月21日(木)午前10時30分～11時45分 田無総合福祉センター	在住の6～8カ月の乳児と保護者(第1子優先)／16組	メール(右上記入例A) ✉fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着)：7月7日(水)
	3～4カ月児健康診査			
	1歳児講座			
	3歳児健康診査			
	BCG予防接種			
	2歳児すくすく相談会			

健康ガイド

健康課 保 電 042-438-4021

■「ダメ。ゼッタイ。」
6月26日は国際麻薬乱用撲滅デー

覚せい剤や大麻、危険ドラッグなどの薬物は脳や中枢神経をはじめ心身に大きなダメージを与えます。薬物を乱用することで、家族や友人を巻き込み、大切な人生を崩壊させてしまいます。薬物乱用の危険性を認識し、薬物を乱用しない社会環境づくりに、ご理解とご協力をお願いします。

■喉頭がん検診
6月15日(水)から申込開始

□検診期間
8月1日(月)～11月30日(水)

対 40歳以上で特にたばこを吸う方

¥ 自己負担600円

申 11月15日(水)(消印有効)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(右上電子申請C)から
※1次締切は7月5日(水)(消印有効)までです。1次締切までに申し込む方は、7月下旬に受診券を発送します。7月6日(水)以降に申し込む方は、随時受診券を発送します。

■胃がん検診 申込受付中

※定員に達し次第受付終了

時 市HP参照

対 40歳以上で、前年度に市の胃がん検診を受診していない方

申 ●胃がん検診申込専用電話
(平日午前9時～午後5時)
電 0120-489-241

●市HP(右上電子申請C)から

※健康課では受付していません。

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
19日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 電 042-424-6640	廣川クリニック 東町4-8-28 JUN西東京市101 電 042-425-6476	休日診療所 中町1-1-5 電 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}
26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} 電 042-464-1511	はるクリニック 谷戸町3-23-1 K-flat 1階 電 042-425-1178	

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
19日	ウエダ歯科 柳沢2-3-13 105 電 042-466-5454
26日	大槻歯科医院 北町1-4-2 電 042-422-6488

6月は蚊の発生防止強化月間

蚊はデング熱などの病気を媒介する恐れがあります。蚊が発生しないよう次のように対処しましょう。

□対処法

●不要な水たまり(植木鉢の受け皿・空き缶・古タイヤ・じょうろ^{など})をなくす

●草むらや藪は定期的に手入れをする

●刺されないように長袖を着用し、必要に応じて虫よけ剤を利用する

▶環境保全課 電 042-438-4042

新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口など

■東京都発熱相談センター
発熱などの症状が出たときは、まずはかかりつけ医に電話でご相談ください。
●電 03-5320-4592
●電 03-6258-5780
時 24時間対応 ※年中無休

■新型コロナウイルス感染症の疑いがあった場合の流れ
※詳細は市HPをご覧ください。

市HP