

健康ひろば



記入例

A 電子申請

「離乳食講習会 スタート」申込

B メール

「離乳食講習会 ステップ」申込

① 4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 第〇子
⑦ 電話番号

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、手洗い・手指消毒など感染症対策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)
一 般	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】	4月5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/15人 (1歳未満のお子さんの子連れ参加可)
	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】	● 4月5日(水)午後2時15分～3時15分 ● 4月20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
	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!】	4月11日(水)午前10時～11時30分 防災・保谷保健福祉総合センター3階	在住で立位がとれる方/10人
	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】	4月14日(金)午前10時～11時30分 防災・保谷保健福祉総合センター2階	糖尿病の食事療法をこれから始める方および家族/10人
	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個別相談】	4月17日(月)午前9時～正午の間で1人30分程度 田無総合福祉センター	在住の方/4人
子 ど も	離乳食講習会 スタート 【離乳食開始から初期のお話】	4月7日(金)午前10時15分～11時 田無総合福祉センター	在住の3～5カ月の乳児と保護者/30組
	離乳食講習会 ステップ 【離乳食の中期から後期のお話、歯科の話】	4月13日(水)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
	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についての個別相談】	① 4月19日(水)田無総合福祉センター ② 4月24日(月)防災・保谷保健福祉総合センター2階 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
<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="width: 30%; border: 1px solid #ccc; padding: 5px;"> <p style="text-align: center; font-weight: bold;">3～4カ月児健康診査</p> <p>時 3月23日(水)、4月6・20・27日(水)</p> <p>場 防災・保谷保健福祉総合センター2階</p> <p>対 個別に通知</p> </div> <div style="width: 30%; border: 1px solid #ccc; padding: 5px;"> <p style="text-align: center; font-weight: bold;">1歳児講座</p> <p>時 4月17日(月)</p> <p>場 防災・保谷保健福祉総合センター2階</p> <p>対 個別に通知 (1歳3カ月までで希望する方はお問い合わせください)</p> </div> <div style="width: 30%; border: 1px solid #ccc; padding: 5px;"> <p style="text-align: center; font-weight: bold;">3歳児健康診査</p> <p>時 3月15・22日(水)、4月12・26日(水)</p> <p>場 防災・保谷保健福祉総合センター2階</p> <p>対 個別に通知(4歳未満で希望する方はお問い合わせください)</p> </div> </div>			
<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="width: 30%; border: 1px solid #ccc; padding: 5px;"> <p style="text-align: center; font-weight: bold;">BCG予防接種</p> <p>対象のお子さんに、日時を指定した通知を送付します。</p> <p>場 防災・保谷保健福祉総合センター3階</p> <p>対 1歳になる前日までで、まだBCG予防接種を受けていないお子さん</p> </div> <div style="width: 30%; border: 1px solid #ccc; padding: 5px;"> <p style="text-align: center; font-weight: bold;">2歳児すくすく相談会</p> <p>時 4月11・25日(水)</p> <p>場 防災・保谷保健福祉総合センター2階</p> <p>対 個別に通知 (2歳6カ月までで希望する方はお問い合わせください)</p> </div> </div>			



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 3月29日(水)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

出産・子育て応援事業が始まりました

詳細は4月1日号または市報をご確認ください。

▶健康課保 ☎042-438-4021

産後間もない方への産後ケア事業

出産後、サポートが少ない・休息したい・授乳や育児のことを専門職に相談したいなどサポートが必要な母子のための事業です。医療機関などで専門職によるケアが受けられます。利用には条件があり、**事前に市への利用登録が必要**です。

※妊娠28週以降、市への利用登録可

● 桜町病院 (小金井市桜町1-2-20)
対 在住で、産後4カ月までの母子
内 ショートステイ、デイサービス
※一部自己負担金あり
申 健康課(防災・保谷保健福祉総合センター4階)
※詳細は市報をご確認ください。

▶健康課保 ☎042-438-4037

● ここみ助産所 (西東京市南町1-3-13)
● さかもと助産所 (東久留米市小山5-1-35)

+ 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℃以上を含む)など感冒症状のある方は必ず電話予約のうえ、ご来院ください。なお、現在感染拡大により電話が大変混み合いつながらない場合もありますが、ご了承ください。
 ※感染拡大防止のため、電話予約のない方の鼻拭い液での検査(インフルエンザ検査^{ひくろ})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。
 ※休日診療所では「マイナ受付」に対応しています。

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
19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	保谷内科呼吸器科クリニック 住吉町6-1-26 ☎042-458-7870	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
21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	
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 ☎042-464-1511	ひばりヶ丘クリニック 谷戸町2-15-11 高野ビル1階 ☎042-422-2959	
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	志藤歯科医院 向台町3-6-7 ☎042-468-0552		
21日	浅野歯科医院 ひばりが丘1-3-3 ☎042-421-1868	しげる歯科 向台町5-1-1 ☎042-467-1107	
26日	おおたけ歯科医院 保谷町3-9-2 コーラルタウン1階 ☎042-462-6162		