



記入例

【はがき宛先】
〒202-8555
市役所健康課

A メール	B メール	C 電子申請	D はがき
「腰・ヒップアップトレーニング」申込 ①6月15日 ②氏名 ③生年月日 ④住所 ⑤電話番号 ⑥保育希望の有無 ※希望者は子どもの氏名、生年月日、性別	「美背中メイク講座」申込 ①6月30日 ②氏名 ③生年月日 ④住所 ⑤電話番号 ⑥保育希望の有無 ※希望者は子どもの氏名、生年月日、性別	「ファミリー学級」申込 	「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)

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
女性のための 腹筋・ヒップアップトレーニング 保育あり	6月15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	電話・メール(右上記入例㊦) ✉seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着):6月12日(月)
美背中メイク講座 【姿勢のチェック、体幹トレーニング】 保育あり	6月30日(金)午前10時～11時30分 田無総合福祉センター	在住で18～64歳の女性/15人 ※初回の方優先	電話・メール(右上記入例㊦) ✉seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着):6月23日(金)
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(土)午前9時30分～午後0時15分 2日目:7月21日(金)午後1時30分～4時15分 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 ※2日間ともパートナーとの参加が可能です。	市HPまたは右上㊦電子申請 申込期間:6月9日(金)～23日(金)

子ども 教育支援課 ☎ 042-420-2829			
事業名	日時/場所	対象/定員	申込方法など
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16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歳ぐらい/14人 1人15分程度	6月1日(木)～14日(水) 午前9時～午後5時に電話 ※申込順

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59年4月1日～平成18年3月31日生まれで、ほか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180人程度
 ※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31日(木)、9月1日(金)・2日(土)・4日(月)
田無総合福祉センター	9月6日(水)・7日(木)・8日(金)

申 7月7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㊦)
- 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



■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

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
 ☎ 080-2022-3667

・検査
 (土):午前10時から順次実施
 ※祝日を除く

▶健康課 ☎ 042-438-4037

■1～3歳児お口の健康支援室

歯磨きが上手にできない、歯科受診が難しい、歯や歯肉の心配がある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 ☎ 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 ☎ 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 ☎ 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℃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、電話が混み合いつなぐりにくい場合もあります。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、東京都指定の外来対応医療機関です。

※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
4日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎ 042-424-6640	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。
11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	南しばくぼ診療所 芝久保町2-22-36 ☎ 042-461-3764	※受付時間は、各診療終了時間の30分前まで

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	
4日	井出歯科 泉町1-13-4 ☎ 042-465-6488	11日 神田歯科医院 緑町3-5-30 ☎ 042-466-3234

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
 6月6日 産婦人科 13日 耳鼻咽喉科
 20日 呼吸器内科・循環器内科 27日 神経内科

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