

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
「腹筋・ヒップアップトレーニング」申込
①8月17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

B メール
「糖尿病基礎講座」申込
①氏名(ふりがな)
②住所
③生年月日
④電話番号

C 電子申請
「離乳食スタート」申込

D メール
「まますた」申込
①8月30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出生した場所(医療機関名など)
⑤電話番号
⑥住所(町名)

E はがき
「〇〇健(検)診」申込
①氏名
②住所
③生年月日
④電話番号
⑤胸部健診は健診希望日(第1回の実施日のうち、第3希望まで)
⑥胸部健診は健診希望時間帯(希望なし・午前・午後)

▶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】	8月17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)/10人	電話・メール(右上記入例A) ☒seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限: 8月14日(月)
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】	8月30日(水)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	電話・メール(右上記入例B) ☒seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着): 8月25日(金)

▶健康課 ☎042-438-4037			
事業名	日時/場所	対象/定員	申込方法など
離乳食講習会 スタート 【離乳食開始から初期のお話】	8月25日(金)午前10時15分~11時(受付は10時から) 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	市HPまたは右上C電子申請 申込期限: 8月22日(火)
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】	8月30日(水)午前9時45分~11時(受付は9時30分から) 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D) ☒fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着): 8月25日(金)
▶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】	8月18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	8月1日(火)~16日(水) 午前9時~午後5時に電話 ※申込順

要申込 第1回胸部健診(肺がん・結核)

時・場 下表参照

午前9時30分~午後3時30分の指定された時間

※時間の指定はできません。

☑胸部レントゲン撮影(該当の方に喀痰検査)

※喀痰検査のみは不可

☑令和6年3月31日時点で40歳以上の方(肺の病気で、現在治療中または経過観察中の方を除く)

※痰に血が混じるなど自覚症状がある方は、速やかな医療機関の受診をお勧めします。

申込期間	実施日	会場	受診券発送
第1回 8月1日(火)~15日(火) (消印有効)	9月13日(水)	田無総合福祉センター ※	9月上旬
	9月21日(木)	防災・保谷保健福祉総合センター	
	9月22日(金)	防災・保谷保健福祉総合センター	
	9月26日(火)	田無総合福祉センター ※	
	9月28日(木)	富士町福祉会館	

※田無総合福祉センターは外壁などの改修工事期間中のため、音や臭気が生じる場合があります。

※第1回・第2回・第3回の全3回実施

※第2回(10月実施)(谷戸公民館・新町福祉会館・下保谷福祉会館など)の日程は9月1日号と市HPに掲載予定

※第3回(11月実施)の日程は10月1日号と市HPに掲載予定

※車いすの方は第2回に実施します。

☑8月1日(火)~15日(火)(消印有効)までに、次のいずれかの方法(先着ではありません)

- 市HPから(右記QRコード)
- はがき(右上記入例E)
- 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。受診券に指定された日時・会場で受診してください。

※会場ごとの受診者数に限りがあるため、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

健康ガイド

■喉頭がん検診 申込受付中

☐検診期間

8月1日(火)~11月30日(木)

☑令和6年3月31日時点で40歳以上の特にたばこを吸う方

¥自己負担600円

☑11月15日(火)(消印有効)までに、

- 市HPから(右記QRコード)
- はがき(右上記入例E)
- 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)

※順次受診券を送付

▶健康課 ☎042-438-4021

■5歳児歯科健康診査

7月末に対象者へ個別通知しました。指定医療機関で受診してください。

☑8月1日(火)~10月31日(火)

☑歯科健診・相談、歯科保健指導、必要に応じてフッ化物塗布

☑平成30年4月2日~平成31年4月1日生まれ

※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



+ 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がら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
6日	保谷厚生病院 栄町1-17-18 ☎042-424-6640	8月の輪番制(診療所)は 休止です	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
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		
13日	田無病院 緑町3-6-1 ☎042-461-2682		

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	
6日	いくたま歯科医院 下保谷4-8-27 ☎042-438-1182	
11日	黒川歯科医院 南町5-5-13 IBSビル2階 ☎042-463-2745	三國歯科医院 柳沢6-4-3 107 ☎042-461-0899
13日	のぞみ歯科クリニック 保谷町3-24-26 ☎042-452-6136	竹中歯科医院 南町3-1-2 ☎042-461-0519
14日	エンゼル歯科クリニック 保谷町3-22-7 ☎042-464-8744	平田歯科クリニック 新町2-4-3 2階 ☎0422-25-8211

☎ 電話相談

医療相談(西東京市医師会)
8月の相談はお休みです。 ☎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 ※祝は除く ☎042-466-2033