

健康ひろば



記入例

【はがき宛先】
〒202-8555
市役所健康課

A はがき

「肺炎球菌予防接種」申込
①氏名(ふりがな)
②住所
③生年月日
④電話番号

過去に受けたことがある方は申込不可

B 電子申請

「健康診査等」申込



C メール

「離乳食講習会 ステップ」申込
①9月14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

D メール

「まますた」申込
①9月19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出産した場所
(医療機関名など)
⑤電話番号
⑥住所(町名)

▶健康課 保 042-438-4037

事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法 [※]
ボディケア講座～ひざ痛予防～ 【理学療法士による、ひざ痛予防に関する話と自宅でできる体操】	9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/15人 (1歳未満のお子さんの子連れ参加可)	前日までに電話
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】	①9月6日(水)午後2時15分～3時15分 ②9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
栄養ミニ講座 【今日から始める骨づくり(骨粗しょう症予防)】	9月15日(金)午前10時15分～11時30分 防災・保谷保健福祉総合センター3階	在住の方/15人	9月12日(火)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個別相談】	9月15日(金)午後1時～4時の間で1人30分程度 防災・保谷保健福祉総合センター3階	在住の方/4人	9月12日(火)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、歯科の話】	9月14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	メール(右上記入例C) ✉fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限: 8月31日(水)
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】	9月19日(火)午前9時45分～11時(受付は9時30分から) 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D) ✉fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限: 9月12日(火)
ふたごちゃんの家 【0歳から3歳の双子・三つ子の保護者同士のフリートーキング・情報交換】	9月28日(水)午後1時30分～3時30分 防災・保谷保健福祉総合センター3階	在住の0歳～3歳の双子・三つ子とそのご両親/5組 ※ご兄弟を連れてくる場合は、申込時に要相談	9月21日(水)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についての個別相談】	①9月5日(火)防災・保谷保健福祉総合センター2階 ②9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8月31日(水)までに電話 ②は9月14日(水)までに電話

3～4カ月児健康診査	1歳児講座	3歳児健康診査
時 8月24日(水)、9月7・21日(水) 場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 対 個別に通知	時 8月21日(月)、9月11日(月) 場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 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)	時 8月23日(水)、9月6・13・27日(水) 場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 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)
BCG予防接種 対象のお子さんに、日時を指定した通知を送付します。 場 防災・保谷保健福祉総合センター3階 対 1歳になる前日までに、まだBCG予防接種を受けていないお子さん	2歳児すくすく相談会 時 8月22日(火)、9月12・26日(火) 場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 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)	

予約は8月15日(火)から
電話やWebで

第2回 胃がん検診

時/場 下表参照

内 問診・エックス線検査(バリウム使用)
※前夜からの食事・水分などの制限が必要です。

対 40歳以上(令和6年3月31日時点)で、前年度に市の胃がん検診を受診していない方

申 8月15日(火)午前9時から、下記申込専用電話またはWebへ

①胃がん検診申込専用電話

(平日午前9時～午後5時)

☎ 0120-489-241

※予約の際に「西東京市で行う胃がん検診の予約」と伝えてください。

※初日の午前中は電話が繋がりにくい場合があります。

※第3回の日程は9月15日号と市HPに掲載予定

②Web予約

右記QRコードから

※申込完了後、受診票を検診日の1週間から10日前に発送



受診できない方

- 妊娠中または妊娠の可能性のある(授乳中は可)
- 腎臓病(透析)などで水分摂取制限を受けている
- 過去にバリウム・発泡剤・下剤使用後の体調不良や、それによるアレルギー症状が出たことがある
- 高血圧(180/110以上)
- 1年以内に脳血管障害や心疾患で発作があった(脳梗塞・脳内出血・心臓発作など)
- 検査に関する技師からの指示(検査に必要な動作)を行えない

主治医の許可があれば受診可能な方

- 胃の手術をした
- 胃の治療中または経過観察中
- 腸閉塞・腸ねん転・大腸憩室炎などの既往がある



第2回 胃がん検診 検診時間: 午前8時45分～午後0時15分(予定)

会場	男性	女性
田無総合福祉センター	10月2日(月)、11日(水)	10月16日(月)、31日(火)
防災・保谷保健福祉総合センター	10月24日(火)	10月5日(水)、13日(金)、26日(水)

▶健康課 保 042-438-4021 ※健康課では予約の受付はしていません。

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℃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^{ひくう})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
20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	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
27日	武蔵野徳洲会病院 向台町3-5-48 ☎042-465-0700		

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	
15日	天野歯科医院 南町2-8-8 ☎042-461-8672	鎌田歯科 ひばりが丘北3-2-6 ☎042-423-2526
20日	沼澤歯科医院 田無町4-27-9 TK田無ビル2階 ☎042-465-8841	
27日	畑中歯科医院 東町5-9-3 シャトー本多A号 ☎042-423-8249	

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 8月22日(火)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