

健康ひろば



記入例

| | | |
|--|------------------------------------|--|
| Aメール 「糖尿病予防講座」申込 ①氏名(ふりがな) ②住所 ③生年月日 ④電話番号 | B電子申請 「離乳食講習会スタート」申込 | Cメール 「離乳食講習会 ステップ」申込 ①4月12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 |
|--|------------------------------------|--|

| 健康課 電話 042-438-4037 | 事業名 | 日時/場所 | 対象/定員(申込順) | 申込方法など |
|---------------------|--|---|---|---|
| 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3日(休)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】 | ①4月3日(休)午後2時15分～3時15分 ②4月18日(休)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 |
| | 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9日(休)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/15人 | 前日までに電話 ※7人以上で出張講座も実施します(平日の午前9時～午後5時、会場はご用意ください)。 |
| | 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10日(休)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 | 4月5日(金)までに電話 |
| | 糖尿病予防講座 【保健師・管理栄養士による基礎知識・食事の話】 | 4月25日(休)午前10時～11時15分 防災・保谷保健福祉総合センター2階 | 糖尿病を予防するための生活習慣を学びたい方および家族/10人 ※通院・服薬中の方は参加できません | 電話・メール(右上記入例) ☒seijin-hoken@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着):4月18日(休) |
| 子ども | 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】 | ①4月8日(月)防災・保谷保健福祉総合センター2階 ②4月24日(休)田無総合福祉センター 午前9時30分～11時の間で1人30分程度 | 乳幼児と保護者/各25組 | ①は4月4日(休)までに電話 ②は4月19日(金)までに電話 |
| | 離乳食講習会 スタート 【離乳食開始から初期のお話】 | 4月10日(休)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カ月のお子さんの保護者/30人 | 市☒または、右上☒電子申請 申込期限:4月7日(日) |
| | 離乳食講習会 ステップ 保育☒ 【離乳食の中期から後期のお話、歯科の話】 | 4月12日(金)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カ月のお子さんの保護者(第1子優先)/16人 | メール(右上記入例☒) ☒fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着):3月29日(金) |
| | お口の健康支援室 【かかりつけ歯科医がなく、歯や歯肉に心配がある幼児の定期歯科健診】 | 4月16日(休)午前9時15分(初回) 防災・保谷保健福祉総合センター3階 (2回目以降は健診時に予約) | 在住の1～3歳のお子さんと保護者/10組 | 前日までに電話 |
| | 3～4カ月児健康診査 時 3月21日(休)、4月4・18日(休) 場 防災・保谷保健福祉総合センター2階 対 個別に通知 | 1歳児講座 時 3月18日(月)、4月22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) | 2歳児すくすく相談会 時 3月19日(火)、4月9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) | 3歳児健康診査 時 3月27日(水)、4月3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) |

献血のご協力をお願いします!

時 3月25日(月)●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2階
対 原則16～64歳

接種無料 新型コロナワクチンの接種は強制ではありません。本人による同意がある場合に限り、接種が行われます。

新型コロナワクチン接種のお知らせ

新型コロナワクチンを**全額公費**で接種できる「特例臨時接種」の期間は、**3月31日(日)で終了します**。

各医療機関で接種可能な最終日は異なりますので、接種をご希望の方は、お早めの接種をご検討ください。

※追加接種は、**令和5年9月20日から3月31日(日)までの期間に1人1回**

4月1日以降の接種について

4月1日(月)以降、新型コロナワクチン接種は予防接種法上、現在の「特例臨時接種」から高齢者インフルエンザ予防接種と同様の「B類疾病の定期接種」として位置づけられ、下記のとおり実施する予定です。また、定期接種以外で接種をご希望の方は、「任意接種」として、自費で接種いただくことになる予定です。詳細は、決まり次第お知らせします。

定期接種の概要

□**目的** 個人の重症化予防により重症者を減らすことを目的として実施

□**対象者** 65歳以上の方

60歳以上65歳未満の方で、心臓、じん臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に身体障害者手帳1級程度の障害がある方

□**費用** 原則、一部自己負担あり(金額等は未定)

□**接種回数及び接種時期** 年1回、秋冬に接種

西東京市新型コロナワクチンコールセンター ※3月30日(土)で終了

☎03-5369-3904 ※聴覚に障害のある方 ☎042-439-6171

時(月)～(土) 午前8時30分～午後7時 ※祝・休を除く

西東京市新型コロナワクチン相談窓口

場 田無庁舎2階、防災・保谷保健福祉総合センター4階
※田無庁舎2階の相談窓口は**3月29日(金)で終了**

☑接種券再発行・ワクチン接種に関するお問い合わせ、インターネットによる予約サポートなど ※予約希望の方は要接種券

西東京市新型コロナワクチン掲示板は3月31日(日)で公開終了

+ 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。
 ※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[※])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 |
|------|---|--|---|
| 17日 | 西東京中央総合病院 芝久保町2-4-19 ☎042-464-1511 ※小児科は午後5時 ^{まで} | 東伏見駅前内科糖尿病クリニック 富士町4-18-11 フジビル1階 ☎042-466-5105 | 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} |
| 20日 | 田無病院 緑町3-6-1 ☎042-461-2682 | 増田医院 東町5-1-11 ☎042-422-6036 | |
| 24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} | 保谷内科呼吸器科クリニック 住吉町6-1-26 ☎042-458-7870 | |
| 31日 | 武蔵野徳洲会病院 向台町3-5-48 ☎042-465-0700 ※小児科は午後5時 ^{まで} | ひらたあや整形外科クリニック 新町2-5-35 ☎0422-56-8130 | |

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 | |
|------|---|--------------------------------------|
| 17日 | たきもと歯科医院 東町2-13-18 ☎042-438-3055 | |
| 20日 | 篠岡歯科医院 柳沢1-1-5 ☎042-461-5323 | 文理台歯科医院 東町6-1-24 ☎042-424-4182 |
| 24日 | 遠藤歯科医院 田無町2-21-4 ☎042-461-1100 | |
| 31日 | みずた歯科医院 新町2-2-2 ドムス武蔵野1階 ☎0422-36-1414 | |