

健康

栄町健康フェア

骨密度測定や身体測定、健康体操、健康相談など。直接会場へ。会場に駐車場はありません(たちかわ健康ポイント対象事業) ☎6月30日(日)午前9時30分～午後0時30分(受け付けは正午まで) 📍八小 🕒上履き 🏠健康推進課地域支援係 ☎(527)3632

緑内障の早期発見のために検診を

眼底、眼圧、視力などの検査を行います ☎40歳以上の市民の方(眼科疾患で治療中の方は除く) ☎7月1日(月)～11月30日(出) 📍市内指定医療機関 ☎500円(住民税非課税世帯、生活保護世帯等の方には免除制度あり) 🏠

11月22日(金)(必着)までに、直接、電話、または「緑内障検診希望」、住所、氏名、生年月日、電話番号を書いて郵送で健康推進課予防健診係(〒190-0011高松町3-22-9健康会館内) ☎(527)3272へ。電子申請も可。申し込んだ方には随時受診票を郵送します。

歯科健診が無料で受けられます

歯周組織の検査や現在歯の確認をする無料歯科健診が年度に1回、指定医療機関で受診できます。75歳以上の方は飲み込みの力などもチェックします ☎20歳以上の市民の方(歯科で治療中の方は除く) 🏠電話、または電子申請で健康推進課予防健診係 ☎(527)3272へ。指定医療機関で直接申し込みもできます。指定医療機関は、市ホームページをご覧ください。

健康日程表

①健康相談 個別予約制。ご希望の方は、電話で健康推進課へ

- 栄養・保健相談** 管理栄養士・保健師が相談に応じます。受付時間=6月20日(休)午後1時20分～2時50分
- 栄養相談** 管理栄養士が相談に応じます。受付時間=7月2日(火)午前9時20分～10時50分

②親と子の健康相談 直接会場へ▶受付時間=午前9時30分～10時45分

- 健康会館=6月26日(水)
 - 砂川学習館=7月3日(水)
 - 健康会館=7月31日(水)
 - 西砂学習館=8月7日(水)
- 保健師・助産師・心理相談員・栄養士・歯科衛生士が相談に応じます。心理相談員の相談は、原則予約制。空きがある場合は、当日受付可。6月26日、7月31日の午前10時～10時30分は、8～10か月児を対象とした離乳食後期教室を開催。直接会場へ ☎15組(先着順)

③乳児(3～4か月児)・1歳6か月児・2歳児歯科・3歳児健康診査

健康診査は、該当月齢の翌月です。対象者には、個別に通知します。通知の届いていない方はお問い合わせください。集団健診のため、発熱や体調不良、感染症にかかっている場合はご遠慮ください。次回の日程についてはご相談を。

各相談・健康診査の会場の駐車場は台数に限りがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください 🏠健康推進課① ☎(527)3272、②③ ☎(527)3234

休日・夜間診療

保険証を忘れずに

休日急患診療所(内科・小児科)

健康会館1階 ☎(526)2004
▷日曜・祝日=午前9時～午後8時45分(受付時間)

歯科休日応急診療所 ☎(527)1900

健康会館2階
▷日曜・祝日=午前9時～午後4時45分(受付時間)

立川市・立川病院 小児科救急室

共済立川病院内 ☎(523)2677
▷月曜～金曜日(祝日を除く)
=午後7時30分～10時(受付時間)

24時間電話案内
医療機関案内「ひまわり」 ☎03(5272)0303
救急相談センター ☎(521)2323
※携帯電話・プッシュ回線からは ☎#7119も利用できます。

《お詫びと訂正》

5月25日号8面「高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種費用を助成」の記事中、「自己負担額5,000円(住民税非課税世帯、生活保護世帯等の方には免除制度あり)」とありますが、住民税非課税世帯の方への免除制度はありませんでした。正しくは「自己負担額5,000円(生活保護世帯等の方には免除制度あり)」です。お詫びして訂正します。

スポーツ

聖火リレーの日程が決定

東京2020オリンピックの聖火ランナーが令和2年7月13日(月)に市内を走ることが決定しました。当日は聖火の到着を祝うセレモニーも開催されます。コース等くわしくは決まり次第、「広報たちかわ」や市ホームページでお知らせします 🏠オリンピック・パラリンピック準備室・内線2680

アスリートスポーツ教室(バドミントン)

アスリートによる指導を受けられます。希望する方は教室開始30分前から体育館受付で申し込んでください 🏠中級以上の方 ☎7月6日、9月7日、10月5日、11月16日の土曜日、午後5時～6時30分 📍泉市民体育館 🏠バドミントン選手・大河原正晴さん 🏠入館料 ☎各8人(先着順) 🏠立川市体育協会 ☎(534)1483

ちびっ子野球教室

ジャイアンツアカデミーの講師が野球の基本を優しく楽しく指導します 🏠市内在住の4歳(平成27年3月以前生まれ)～小学3年生(保護者の付き添いをお願いします) ☎6月29日(土)午前9時30分～11時 📍立川公園野球場 ☎50人(申込順) ☎運動ができる服装・靴、飲み物、グローブ(お持ちの方) 🏠「立川市少年野球連盟」のホームページから申し込んでください 🏠立川市少年野球連盟・高橋さん ☎(536)9690

市民体育大会

参加資格、申込方法、費用などは「立川市体育協会」のホームページをご覧ください。

●**新体操(チャイルド・ジュニア・シニアの部)** ☎8月20日(火) 📍泉市民体育館 🏠立川市新体操連盟 🏠trg_renmei@yahoo.co.jp

●**空手道** ☎9月16日(月・祝)午前9時から 📍泉市民体育館 🏠立川市空手道連盟事務局・神場さん ☎(525)1425

市民伝言板

この欄の情報の連絡・交渉は当事者間で。市は関与しません。今年度から社会教育関係団体を除き、年度最初の申し込みの際に掲載団体登録用紙を提出していただきます。この登録用紙と掲載申込書は広報課(市役所2階42番窓口)と各地域学習館で配布するほか、市ホームページからダウンロードもできます。

まちのお知らせ

- 第2回菊作り講習会** 立川菊花愛好会が主催。大菊のG補助作りと実用菊の作りを初心者向けに分かりやすく講習します。作品は11月に諏訪神社で開催される菊花展で展示 ☎6月23日(日)午後1時～3時 📍さかえ会館 ☎10人(申込順) 🏠江原さん ☎(522)2242
- 社交ダンス無料講習会** スターダストが主催。女性の元プロA級(ラテン、スタンダード)講師が丁寧に指導します。直接会場へ ☎初・中級程度の方 ☎6月11日・18日・25日の火曜日、午前10時～11時30分 📍柴崎学習館 🏠陸川さん ☎090(2473)4078
- 立川市吹奏楽団第48回定期演奏会** バレエ音楽「シバの女王ベルキス」「シンフォニア・ノビリッシマ」ほか。直接会場へ ☎6月22日(土)午後6時30分開演(午後6時開場) 📍たましんRISURUホール大ホール ☎1,200人(先着順) 🏠阿部さん ☎(527)4801(渡辺さん方)

- 第17回シャンソン発表会** シャンソンの会忘れな草が主催。高松学習館でレッスンを受けているグループです。午後のひととき、懐かしいシャンソンの世界をお楽しみください。直接会場へ ☎6月21日(金)午後1時30分開演(午後1時開場) 📍たましんRISURUホール小ホール ☎246人(先着順) 🏠高見さん ☎090(3104)1016
- 中村洋久終焉のペン画展** みんなの展示場中村洋久絵画館が主催。ビル街や身近な風景を極細のペンと独特のタッチで切り取った作品を展示します。直接会場へ ☎6月1日(土)～7月28日(日)の金曜・土曜・日曜日・祝日、午前10時～午後4時 📍同館(柴崎町2-21-17) 🏠中村さん ☎(524)4702
- 子供食堂の日** 国際教育文化交流ビエンニード会が主催。子ども向けにスペイン語をボランティアで教える会が、月に1回、子供食堂を行います ☎3歳～12歳の子ども ☎6月14日(金)午後6時～7時 📍幸学習館 ☎100円(材料代) ☎10人(申込順) 🏠石原さん ☎080(5412)7142
- 講演会「市民活動と社会教育～学びの拠点がはぐくむ力」** NPO法人市民活動サポートセンター・アンティ多摩が主催。市民の自由な学びを保障することが市民の活動の基盤をつくってきたことを、元国立市公民館長・荒井敏行さんから学びます。直接会場へ ☎6月16日(日)午後1時30分～4時30分 📍たましんRISURUホール5階第4会議室 ☎500

円(資料代) ☎30人(先着順) 🏠アンティ多摩 ☎(540)1663

会員募集

- フラダンスサークルKa Pua** 健康と美容のために、楽しくフラダンスを踊りませんか。子連れ参加可 ☎初心者の方(経験者の方はご相談ください) ☎▷月3回の金曜日、午前9時15分～10時15分▷月3回の水曜日、午後7時～8時 📍たましんRISURUホール ☎2,000円(別途、会場代として月500円～1,500円程度) ☎各10人(申込順) 🏠津根さん ☎090(3570)1635
- 黄色いコスモス** 健康になりたい人のための体操(ストレッチ等)サークルです。レッスンの後はすっきり爽やかで、気分が前向きになります ☎50歳以上の女性 ☎月2回の水曜日、午前10時～正午 📍女性総合センター ☎1,000円 ☎2,000円 ☎10人(申込順) 🏠伊藤さん ☎090(1858)1859
- 編姫友の会** 身近なものを手編みで楽しみませんか。年1回、学習館で作品展があります ☎毎月第1・第3水曜日、午前9時30分～正午 📍錦学習館 ☎1,000円 ☎越智さん ☎(848)2719
- コスモス イスヨガサークル** 椅子や車椅子に座ってヨガができます。立位で行うこともできます。呼吸法を取り入れ健康増進に役立ちます ☎毎月第3土曜日を除く土曜日、午前10時～11時 📍上砂会館 ☎1回500円 ☎20人(申込順) 🏠鈴木さん ☎090(3107)2064

- はなみずぎ体操** 体操をして「健幸」でいられる体づくりを目指します。無理のないストレッチ等、音楽にあわせて楽しく行います。見学歓迎 ☎40歳以上の方 ☎毎月第1・第3木曜日、午後1時30分～3時 📍都営幸町2丁目第5アパート集会室 ☎1,000円 ☎1,000円 ☎5人(申込順) 🏠千葉さん ☎(535)4622
- 砂川民謡友の会** 日本民謡を大きな声で合唱し、その後は講師から個人指導を受けます。こぶし会館祭りや柏文化祭などに参加します ☎月3回の水曜日、午後7時～9時 📍こぶし会館 ☎2,500円 🏠山崎さん ☎(536)4611
- オカリナ友の会** 唱歌、なつメロ等を演奏し、立川いったい音楽まつりにも出演します。 ☎中高年の方 ☎毎月第2～第4火曜日、午後1時～3時(第2・第4火曜日は講師のレッスンあり) 📍一番福祉会館 ☎2,000円 ☎7人(申込順) 🏠山崎さん ☎(531)0126
- 西砂ふれあい体操友の会** 親子で柔軟体操をしたり、ボール、鉄棒、跳び箱、トランポリン、フラフープなどの遊具を使って楽しく運動します ☎1歳6か月～就園前の子どもと保護者 ☎毎週金曜日、午前10時～正午 📍西砂学習館 ☎1,600円 ☎2,500円 🏠花園さん 🏠west.friends2019@gmail.com
- 泉体育館でテニスをやる会** ☎市内在住・在勤の方 ☎泉市民体育館の休館日を除く日、午前9時～午後11時 📍泉市民体育館 ☎体育館使用料 ☎15人(申込順) 🏠玉利さん ☎090(3226)4918