

健康

申・問健康推進課(〒190-0011 高松町3-22-9健康会館内) ☎(527)3272 Fax(521)0422 へ。電子申請はHP <https://www.e-tetsuzuki99.com/tokyo/>

一緒に健康づくりの輪を広げませんか～健康ささえ隊募集

市は、市民の方が主体の健康づくりを進めるため、市民ボランティア・健康ささえ隊を募集します。ウォーキングやヨガ、食育など、健康づくりの催しの企画や、健康フェアでの啓発活動を行っています。対象は市民の方で、登録に当たっては養成講座(全2回)を受講していただきます。

●養成講座 時▶第1回=7月2日(水)午後1時30分～4時▶第2回=7月9日(水)午後2時～4時30分 場健康会館 師首

休日・夜間診療	休日急患診療所(内科・小児科)	☎(526)2004
	健康会館1階▷日曜日・祝日=午前9時～午後9時	
	歯科休日急患診療所	☎(527)1900
	健康会館2階▷日曜日・祝日=午前9時～午後5時	
	立川市小児救急診療室	☎(523)2677
	共済立川病院内▷月曜・水曜・金曜=午後7時30分～10時(祝日を除く)	
	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。	

都大学東京准教授・稲山貴代さん定15人(抽選)申6月20日(金)(必着)までに、往復はがきに「健康ささえ隊養成講座」と住所、氏名、電話番号を書いて健康推進課へ

日本脳炎予防接種(第1期)

平成19年4月2日以降生まれの方は、3歳～7歳6か月までが公費負担対象期間です。平成26年10月1日以降は、公費負担対象期間が終了する方が順次出てきます。接種予定の方は、お早めに実施医療機関で接種してください。お手元に問診票がない方は健康推進課母子保健係までご連絡ください。

緑内障の早期発見に眼科検診を

眼底・眼圧・視力・視野などの検査を行います 対40歳以上の市民の方(眼

科疾患で治療中の方は除く)時7月1日(火)～11月29日(土)場市内指定医療機関費500円(受診時に医療機関にお支払いください。生活保護・住民税非課税世帯には免除あり)申11月14

日(金)(必着)までに、直接または電話か、はがきに「眼科検診希望」、住所、氏名、生年月日、電話番号を書いて健康推進課へ。電子申請も可。受診票を6月下旬以降、順次お送りします。

健康日程表

健康相談(個別予約制・電話で健康推進課へ)

- 健康会館=6月19日(水)午後1時30分～3時 保健師・看護師・栄養士が相談に応じます。
- 健康会館=7月1日(火)午前9時30分～11時 運動指導者・栄養士が相談に応じます。

親子の健康相談(午前9時30分～10時30分・直接会場へ)

- 健康会館=6月25日(水)
 - こぶし会館=7月2日(水)
 - 健康会館=7月23日(水)
 - 砂川学習館=☆8月6日(水)
- 保健師・助産師・成長相談員・栄養士・歯科衛生士が相談に応じます。
☆印の日は「子育てひろば」と合わせて開催します。

胃がん・大腸がん・肺がん・結核検診《午前中の指定した時間》

- 幸福社会館=7月25日(金)
- 市役所=☆7月26日(土)、9月6日(土)
- 子ども未来センター=7月27日(日)
- 健康会館=7月28日(月)、9月8日(月)
- 西砂学習館=9月3日(水)
- 若葉会館=9月5日(金)
- 柴崎福祉会館=☆9月7日(日)

*印の日は、肺がん・結核検診は行いません。

▶胃がん検診=900円▶大腸がん検診=300円▶肺がん検診=X線のみ800円、X線+喀痰=1,000円(いずれの検診も35歳以上の市民の方)▶結核検診=無料(15歳～34歳の市民の方)申電話、または電子申請で健康推進課へ
※7月の検診申し込みは6月13日(金)、9月の検診申し込みは7月23日(水)までです。なお定員になり次第締め切りますので、お早めにお申し込みください。

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

健診は該当月齢の翌月です。対象者には、個別に通知します。届いていない方は、健康推進課へ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。次回日程についてはご相談を。

スポーツ

市民体育大会

申込方法、費用などは立川市体育協会のホームページへ。

立川市体育協会 検索

●サッカー(中学生の部) 時7月19日(土)～21日(祝)場市内中学校運動場 問山口さん ☎(523)4328(一中)

●新体操(個人・団体) 時▷ジュニアの部・シニアの部=8月22日(金)▷チャイルドの部=8月23日(土)、いずれも午前10時から場泉市民体育館 問立川市新体操連盟 e

●陸上(中学生の部) 時8月24日(日)午前9時から(小雨実施)場立川公園陸上競技場 問立川市陸上競技協会・飯塚さん ☎090(6926)4673 Fax(527)8745

●トライアスロン 時9月13日(土)場国営昭和記念公園 問立川市トライアスロン協会・浅見さん ☎・Fax(525)0675

●空手道 時9月14日(日)午前9時から場柴崎市民体育館 問立川市空手道連盟・神場さん Fax(525)1425

子ども・子育て

幼児食のお話

離乳食の後の幼児食について、大人の食事との違いなどを学びます 対1歳6か月までの子と親 時7月8日(火)午後2時～3時 場いちばん子育てひろば

(一番町4-62-3立川市営一番町北住宅内) 師栄養士・肥後真理子さん定12組(申込順) 申いちばん子育てひろば ☎(560)6202(午後1時～4時)へ

1分1秒を争う赤ちゃん・こどもの緊急事態の手当

大切な子どもの命を救うには、救急隊に引き継ぐまでの数分間が鍵です。救命・応急手当を講義と子どもの人形を使った実技で身につけましょう 対乳幼児の保護者と子ども支援活動者 時7月6日(日)①午前10時～正午、②午後1時30分～3時30分 場子ども未来センター 師応急手当プログラム認定講師・中村智子さん費500円(材料代) 定各回20人(申込順) 保①10人程度(1歳～学齢前)、②見守り保育(0歳) 申6月10日(火)午前10時から子ども家庭支援センター ☎(528)6871へ

マタニティヨガ

心と体を整えて、リラックスしませんか 対妊娠4か月以上で医師に運動を許可されている方 時7月11日(金)午前11時～正午 場子ども未来センター 師全米ヨガアライアンス認定指導者・横井愛さん定10人(申込順) 申6月10日(火)午前10時から子育て支援事務室 ☎(529)8664へ

出張・出前子育てひろば

「子育てひろば」は、以下の会場で「出張・出前子育てひろば」を実施しています。いずれも直接会場へ 対0歳～学齢前の子ともと保護者 問子育て

推進課子育てひろば ☎(528)4335

西立川保育園(富士見町1-18-16)				
毎週水曜日(年末年始、平成27年2月11日を除く)、午前10時～11時45分(午前11時まで受け付け)				
こぶし会館(幸町5-83-1)				
午前9時30分～正午、午後1時～3時30分(各終了30分前まで受け付け)				
6月	7月	8月	9月	10月
10日(火) 19日(水) 24日(火)	3日(木) 8日(火) 17日(木) 22日(火) 31日(木)	7日(木) 12日(火) 21日(木) 26日(火)	4日(木) 9日(火) 18日(木)	2日(木) 7日(火) 16日(木) 21日(火) 30日(木)
曙福祉会館(曙町3-44-17)				
毎週金曜日(年末年始、8月15日、12月26日を除く)、午前10時～正午				
中里公会堂(西砂町5-11-13)				
毎週水曜日(年末年始、平成27年2月11日を除く)、午前10時～正午				

第26回わんぱく相撲東京都大会立川場所

都内各地から勝ち抜いた3歳～小学6年生の子どもたちが正々堂々勝負します。模擬店も出ます。直接会場へ 時6月29日(日)午前10時～午後5時 場子ども未来センター 問立川青年会議所 ☎(527)1001、市地域文化課・内線4501

おもちゃの病院

子どもたちの物を大切にすることを育てるため、壊れたおもちゃを修理します。1世帯2点までで先着40点です。壊れた部品なども一緒にお持ちください。部品代がかかる場合は実費負担です。直せないものもあります。直接会場へ 対市内在住の方 時6月21日(土)午後1時～3時 場子ども未来セン

ター 問生活安全課消費生活センター係(女性総合センター内) ☎(528)6801

ウミガメのみみつをさぐってみよう!

標本や甲羅に触れながら楽しく学べます 対小学1年～3年生 時7月6日(日)午後2時～3時30分 場高松学習館 師東京海洋大学うみがめ研究会の皆さん 定20人(申込順) 申6月10日(火)から高松図書館 ☎(527)0015へ

親子自転車教室

交通安全の話やDVDの上映のほか、自転車シミュレーターで交通ルールや自転車の安全な乗り方を学びます。反射材用品のプレゼントのほか、自転車来場者で希望者には自転車マスタードライバー証を交付。立川警察署、立川国立地区交通安全協会と市の共催 対市内在住の小学生と保護者(必ず保護者同伴) 時6月15日(日)午前10時～11時 場立川警察署(緑町) 定10組(申込順) 申6月14日(土)までに立川警察署交通総務係 ☎(527)0110へ 問市交通対策課・内線2280

ことばの相談と施設見学

ことばについての相談(幼児・小学生)と施設見学を行います。専用駐車場があります。直接会場へ 時6月28日(土)▶施設見学=午前9時～11時30分▶相談=午後1時～3時30分(受け付けは午後3時まで) 場七小 問七小「ことばの教室」 ☎(527)3627