

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/

水痘(水ぼうそう)ワクチンが

10月1日から

定期予防接種に

今まで任意予防接種だった水痘(水ぼうそう)ワクチンが10月1日(水)から定期予防接種になり、公費負担で受けられます▶**対象年齢**=生後12か月から36か月に至るまでの間にある方(1歳～2歳)▶**接種方法**=3か月以上の間隔を置いて合計2回皮下に接種▶**標準的な接種期間**=生後12か月から15か月に至るまでに初回接種を行い、追加接種は初回接種終了後6か月から12か月に至るまでの間隔を置いて1回行う▶**経過措置**=生後36か月から60か月に至るまでの間にある方(3歳～4歳)を対象とし、1回接種とする。ただし、平成26年度限りとする▶**その他**=すでに水痘にかかったことがある方は対象外となります。また、任意接種としてすでに水痘ワクチンを接種した方は、すでに接種した回数分の接種を受けたものとみなします(経過措置対象者も含む)。問診票は、対象の方(経過措置対象者も含む)へ9月下旬に発送予定です。くわしくは市ホームページをご覧ください。償還払いはい行いませので、必ず問診票を持参して指定医療機関で接種してください。

65歳以上の方などにインフルエンザ予防接種費用を助成

次の対象の方に、接種費用の一部を助成します。免疫ができるまでに2週間程度かかるので、なるべく早めに接種を。また、心臓や腎臓などの慢性疾患で治療中の方と、鶏卵・鶏肉にアレルギーのある方は必ずかかりつけ医に相談の上、接種してください**対**①接種日当日満65歳以上の方②接種日当日に満60歳以上65歳未満で、心臓や腎臓・呼吸器等の内臓疾患により身体障害者手帳1級程度の障害がある

方で接種を希望する方。①に該当する方へは、予診票を10月1日ごろ発送する予定です。9月以降に立川市に転入したなどで予診票が届かない方と②の方は健康推進課へご連絡を**時**10月15日(水)～12月27日(土)**場**市内指定医療機関**費**2,200円(本人負担額。補助は1回限り。生活保護受給者等には免除制度あり。「受給者証明書」を医療機関に持参)。償還払いは行いませので、必ず予診票を持参して指定医療機関で接種してください。

あなたの食事大丈夫?食情報を正しく読み取るう

大人の食育講義編。生活習慣を振り返り、食生活の改善のきっかけを知りましょう**対**64歳以下の市民の方**時**10月29日、11月5日・12日の水曜日、午前9時30分～11時30分(全3回)**場**健康会館**師**女子栄養大学専任講師・西村早苗さん、中西明美さん**定**24人(申込順)**申**9月25日(木)から電話で健康推進課へ

キラキラ★歯育て～1歳からはじめる親子歯みがき教室

この時期に大切な栄養と、虫歯予防について学び、歯みがきの実習をします**対**1歳～1歳2か月の子ども(第1子に限る)と親**時**①平成25年8月～10月生まれ=10月21日(火)②平成25年9月～11月生まれ=11月18日(火)、いずれも午前10時～11時30分**場**健康会館**費**100円(歯ブラシ代ほか)**定**各日15組(抽選)**申**10月7日(火)(消印有効)までに、講座名、希望日、住所、親子の氏名、子どもの生年月日、電話番号を書いて、往復はがきで健康推進課へ

健康のためのくすり学フェア

楽しみながら正しい薬の知識を身につけましょう。江戸時代から現代までの薬のパッケージや看板などの展示、薬剤師による薬の相談(ジェネリック薬品で薬代が安くなるか、など。お薬手帳をご持参ください)、骨密度測定、HbA1c測定(糖尿病関連の測定)、血液サラサラ度測定および栄養相談、薬物乱用防止教室など。立川市薬剤師会と共催。直接会場へ**時**10月19日

健康

Q & A

507

Q

お薬手帳はどのようなときに必要ですか？  
 持っていたほうがいいのでしょうか？

A

医療機関を利用したとき、今までに服用した薬や、現在服用している薬を医師、薬剤師が確認するのに大切な情報です。これらの情報をもとに薬の飲み合わせなどの問題はないかなど確認ができます。また、現在服用している市販薬やサプリメント、その他アレルギー歴・副作用等も記入することによって、手帳

がより生かされます。  
 かかりつけの薬局ではこれらの記入もしますので相談してください。  
 手帳を持つことにより医療機関はたくさんの情報を得られますし、特に大規模な災害時は一層役に立ちますので、自分の受診記録として、保険証とともに携帯することをおすすめします。《立川市薬剤師会・安藤裕生》

(日)午前10時～午後3時30分**場**フロム中武4階バッシュルーム(曙町2-11-2)

高齢者肺炎球菌ワクチンが10月1日から定期予防接種に

●**定期予防接種** **対**下表の生年月日の方、または60歳以上65歳未満で心臓、腎臓、呼吸器機能障害1級程度、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害1級程度の障害を有する方のうち、過去に肺炎球菌ワクチンの接種を受けていない市民

| 対象生年月日                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 昭和24年4月2日～昭和25年4月1日<br>昭和19年4月2日～昭和20年4月1日<br>昭和14年4月2日～昭和15年4月1日<br>昭和9年4月2日～昭和10年4月1日<br>昭和4年4月2日～昭和5年4月1日<br>大正13年4月2日～大正14年4月1日<br>大正8年4月2日～大正9年4月1日<br>大正3年4月2日以前 |

●**任意予防接種** 任意の予防接種もこれまで通り継続します**対**上表の生年月日に該当しない65歳以上の方、または60歳以上65歳未満で心臓、腎臓、呼吸器機能障害1級程度、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害1級程度の障害を有する方のうち、

| 大人のラジオ体操 |           |                |         |     |
|----------|-----------|----------------|---------|-----|
| コース      | 日程        | 時間             | 場所      | 定員  |
| 10月コース   | 10月21日(火) | 午後1時30分～3時30分  | 柴崎市民体育館 | 50人 |
|          | 10月28日(火) |                |         |     |
| 11月コース   | 11月4日(火)  | 午前9時30分～11時30分 | 泉市民体育館  | 40人 |
|          | 11月11日(火) | 午後1時30分～3時30分  |         |     |

休日・夜間診療

保険証を忘れずに  
 休診日

**休日急患診療所(内科・小児科)**  
 健康会館1階▷日曜日・祝日=午前9時～午後9時

**歯科休日応急診療所**  
 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**  
 共済立川病院内▷月曜・水曜・金曜日=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」**

**救急相談センター**  
 ※携帯電話・プッシュ回線からは☎#7119も利用できます。

☎(526)2004

☎(527)1900

☎(523)2677

☎03(5272)0303

☎(521)2323

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**=10月7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。

●**健康会館**=10月16日(木)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。

親と子の健康相談(午前9時30分～10時30分・直接会場へ)

●**西砂学習館**=10月1日(水)
 ●**健康会館**=10月22日(水)

●**砂川学習館**=☆11月5日(水)
 ●**健康会館**=11月26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)

●**市役所**=11月8日(土)
 ●**柴崎福祉会館**=★11月9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  
 ※11月の検診申し込みは10月6日(月)までです。なお定員になり次第締め切りしますので、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。