

### 健康

**申・問**健康推進課(〒190-0011高松町3-22-9健康会館内) ☎(527)3272 ☎(521)0422へ。電子申請はHP<http://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo/>

### 口腔がん個別相談会

多摩総合医療センター歯科口腔外科部長の重松司朗さんが視診や触診を行います **時**6月5日(日)正午～午後3時50分(返信はがきで市が指定する時間) **場**女性総合センター **定**30人(抽選) **申**5月20日(金)(必着)までに、往復はがきに「口腔がん個別相談会希望」と、住所、氏名、生年月日、電話番号、返信用宛先を書いて、健康推進課へ。5月末ごろに返信します。

### らくらくゴックン(離乳食準備教室)

**対・時**離乳食を始めていない①平成28年1月～2月生まれの乳児の親=6月10日(金)②平成28年2月～3月生まれの乳児の親=7月8日(金)、いずれも午

前10時～11時30分 **場**①②とも健康会館 **費**100円(材料代) **定**各16人(抽選) **申**①は5月20日(金)、②は6月17日(金)(いずれも消印有効)までに、往復はがきに「らくらくゴックン」、希望日、住所、親子の氏名と生年月日、電話番号、返信用宛先を書いて健康推進課へ

### 骨密度測定

必要に応じて保健指導・栄養指導等を行います。測定は年度に1回受けられ

### 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)** ☎(526)2004  
健康会館1階  
▷日曜日・祝日=午前9時～午後9時

**歯科休日応急診療所** ☎(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。

ます **対**18歳以上の市民の方 **時**7月11日(月)・12日(火)、午前9時20分～午後3時30分のうち、返信はがきで市が指定する時間 **場**健康会館 **定**各日120人(申

込順) **申**6月10日(金)(必着)までに、往復はがきに「骨密度測定希望」、測定希望日、住所、氏名、生年月日、電話番号、返信用宛先を書いて健康推進課へ

### 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=5月19日(木)午後1時30分～3時  
総合健康相談(医師・保健師・管理栄養士が相談に応じます)
- 健康会館=6月7日(火)午前9時30分～11時  
栄養・運動相談(管理栄養士・運動指導者が相談に応じます)

**親子の健康相談(午前9時30分～10時30分・直接会場へ)**

- 砂川学習館=5月11日(水)
- 西砂学習館=6月1日(水)
- 健康会館=5月25日(水)
- 健康会館=6月29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。

**胃がん・大腸がん・肺がん・結核検診(午前中の指定した時間)**

- 多摩教育センター=7月22日(金)
- 砂川学習館=7月24日(日)
- 健康会館=7月25日(月)

▶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線と喀痰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月の検診の申込締め切りは6月6日(月)です。定員になり次第締め切ります。

**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。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

**東京女子体育大学 2020東京オリンピック・パラリンピックプロジェクト～スポーツを深く知ろう!**

テーマは「プロから学ぼう!リオオリンピック観戦術2.柔道編」。直接会場へ **時**5月28日(土)午後1時～2時30分 **場**東京女子体育大学武道場(国立市) **問**東京女子体育大学 ☎(572)4131、市オリンピック・パラリンピック準備室・内線2680

### 地域健康教室企画グループ募集

日ごろ体を動かす機会が少ない市民の方を対象に、「健康づくり教室」を計画してみませんか▶**教室の概要**=新しく始める教室の企画、会場の確保、参加者募集などをグループの皆さんが行い、市は講師の方に1事業5万円を限度に謝礼を支払います。教室は体操などの初心者向けで、10人以上の参加者があり、継続して5回以上実施するものとします。希望が多い場合は抽選になります▶**実施期間**=平成29

年2月までに終了してください **申**6月10日(金)までに、泉市民体育館で配布する申請用紙に必要事項を書いて直接、泉市民体育館(〒190-0015泉町786-11) ☎(536)6711へ

### 第38回市民ハイキングラリー

コースは泉市民体育館～国立市北第一公園～若葉公園～古民家園～泉市民体育館の約11km **対**2～3人のグループ **時・場**5月29日(日)午前9時30分に泉市民体育館集合(雨天の場合は6月5日(日)に延期) **費**1人200円(中学生以下は100円。保険料ほか) **持**昼食、筆記用具、時計、雨具、あるけカード(お持ちの方) **申**5月25日(水)までに代表者の氏名・電話番号、参加人数を書いてファクスで立川市体育協会事務局 ☎(534)1483へ

### 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。

- 柔道 少年・少女の部、青年の部 **時**

7月3日(日)午前9時から **場**二中 **問**立川市柔道連盟・伊藤さん ☎(524)7861(平日昼間)

- 健康体操 **時**6月18日(土)午前10時～正午 **場**柴崎市民体育館 **問**健康体操連盟・横井さん ☎(523)5595

### 子ども・子育て

**たかのみち保育園子育てひろばオープン**

5月25日(水)、たかのみち保育園(幸町6-32-1)に子育てひろばがオープンします▶**開催曜日**=月曜～金曜日▶**開催時間**=午前10時～午後3時。対象年齢などは、お問い合わせください **問**同保育園子育てひろば担当 ☎(537)0016

### 0歳児の赤ちゃんサロン「赤ちゃんと一緒に!わらべうたと絵本を楽しもう」

お子さんとのふれあい方やどんな絵本を選んだらよいのかなどをお子さんと一緒に参加して楽しみながら学びます **対**0歳児と保護者 **時**6月2日(木)午前10時30分～11時30分 **場**中央図

書館 **師**元図書館司書・笠原由紀子さん **定**15組(申込順。市内在住・在勤の方、初めての方優先) **申**5月10日(火)から中央図書館 ☎(528)6800へ

### 0歳児サークル「ありんこ①・②」、1歳児サークル「てんとうむし③」

ベビー(チャイルド)マッサージでお子さんとふれあいながら子育て仲間をつくりましょう **対**市内在住で①平成27年11月23日～平成28年4月1日生まれ②平成27年9月～11月22日生まれ③平成27年4月2日～9月生まれの子ども(いずれも第1子に限る)と保護者 **時**6月24日(金)、7月15日(金)▶①②=午後1時30分～2時20分▶③=午後2時30分～3時20分 **場**子ども未来センター **定**各クラス10組(抽選) **申**5月30日(月)(消印有効)までに往復はがきに、住所、氏名、電話番号、子どもの名前(ふりがな)と生年月日、クラス①～③、返信用宛先を書いて、子ども未来センター子育て支援事務局「0歳児サークル」または「1歳児サークル」係(〒190-0022錦町3-2-26) ☎(529)8664へ

### 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。

…… **まちのお知らせ** ……

- こぶし会館ふれあいまつり 同まつり実行委員会が主催。作品発表と芸能発表。21日にはミニテニス、自彊術、卓球、ダンスの夕べを行います。直接会場へ **時**▷5月21日(土)午前10時～午後9時▷5月22日(日)午前9時～午後4時 **場**こぶし会館 **申**同館 ☎(537)0810
- シャンソン・カトレアの会 19回発表会 年に一度の発表会です。直接会場へ **時**5月29日(日)午後1時30分開演(午後1時開場) **場**たましんRISURUホール

小ホール **定**246人(先着順) **申**香田さん ☎(536)9744

- 講演会「屈せずに生きた浪江虔～民主主義の礎としての私立南多摩農村図書館」 ネットワーク・市民アーカイブが主催。市民活動資料センター「市民アーカイブ多摩」開館2周年集会。直接会場へ **時**5月29日(日)、午後2時30分から **場**たましんRISURUホール5階第1会議室 **師**ノンフィクション作家・田中伸尚さん **費**500円(資料代) **定**90人(先着順) **申**同会事務局 ☎(540)1663
- 子育て支援サークル「ノンナのお家」 至誠保育園が主催 **対**乳幼児(火曜日は5か月～1歳6か月未満、水曜日は1歳6か月～3歳)と母親 **時**6月14日～12月14日の火曜・水曜日(各10回) **場**同園 **費**年間5,000円(お茶菓子代) **定**各15人

(抽選) **申**封書にて①母親の名前②住所③電話番号④お子さんの名前⑤性別⑥生年月日⑦希望動機⑧希望曜日を記入し、返信用封筒に切手を貼り、あて先を書いて5月20日(金)(必着)にて応募。至誠保育園ノナのお家(〒190-0022錦町6-26-13) ☎(524)1500

- ダンスパーティー 来夢来人が主催。飲み物付き。ミニレッスンとミキシング。講師もフリーダンスに参加。お一人でも(ダンス用品リサイクル会も、同時開催。当日出品も歓迎)。直接会場へ **時**5月21日(土)午後1時30分～4時30分 **場**柴崎学習館ホール **費**1,000円 **問**古本さん ☎090(4451)1661
- 8週間の健康・ダイエットチャレンジ 健康サークルが主催。週に1度の楽しい運動と栄養・健康講座で、ダイエット、

メタボ改善、エネルギー向上など、体質改善をサポートします。生活習慣を改善しましょう **対**18歳以上の方 **時**5月22日～7月10日の毎週日曜日、午後1時30分～3時(全8回) **場**たましんRISURUホール **費**1回800円 **定**20人(申込順) **申**赤岡さん ☎080(4852)1191

- 講演会「日本はなぜ世界でいちばん人気があるのか」 慶応義塾大学立川三田会が主催。同会設立20周年記念イベント。立川市と立川商工会議所が後援 **時**6月4日(土)午後4時～5時 **場**立川グランドホテル(曙町2-14-16) **師**作家・竹田恒泰さん **定**120人(申込順) **申**「立川三田会」で検索。ホームページからの申込のみHP <http://www.tachikawamitakai.com> **問**同会・有田さん ☎090(2524)6280