

**健康**

**看護師再就職相談フェア**

市内の医療機関の担当者から施設の概要や採用情報を聞き、東京都ナースプラザの専門相談員に再就職の悩みなどを相談できます。参加医療機関は、市ホームページをご覧ください。生活保護世帯、住民税非課税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、電子申請、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。随時、受診票を郵送します。

**子育て中のパパとママのための健康教室「誰でもできる! 楽エクササイズ」**

後回しにしがちな自分自身の健康について考えてみませんか。自宅でできるヨガや簡単エクササイズを体験できます。たちかわ健康ポイント対象事業 小学生以下の子どもがいる市民の方 9月20日(金)▷ヨガ・運動講座=9月27日、10月4日の金曜日、いずれも午前10時~正午(全3回) 健康会館 管理栄養士・猪瀬多巳江さん、ヨガインストラクター・伊藤統子さん、運動指導者・佐藤明子さん 定24人(申込順) 保17人(4か月~学齢前) 8月13日(火)から健康推進課保健事業係 ☎(527)3272へ。電子申請も可。

**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  
▷日曜日・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** ☎(523)2677  
共済立川病院内  
▷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。

**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) 11月30日(土)まで 市内指定医療機関 500円(受診時に医療機関にお支払いください。生活保護世帯、住民税非課税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、電子申請、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。随時、受診票を郵送します。

**催し**

**手打ちうどん作りと十五夜飾り**

古民家園で収穫し、製粉した小麦粉でうどんを作ります 小学生以上の市民の方(小学生は保護者同伴) 9月8日(日)午前10時~午後1時 歴史民俗資料館 立川民俗の会の皆さん 500円(材料代。小学生は300円) 定30人(申込順) 特エプロン、バンダナ、タオル 8月10日(土)から歴史民俗資料館 ☎(525)0860へ

**ファーレ立川びかびかアートプログラム**

ファーレ立川アートを楽しみながら、作品の清掃とファーレ立川アート(写真)の作者の1人である山口啓介さんのワークショップを行います 小学生以上の方(小学生は保護者同伴) 9月8日(日)午前10時~午後4時30分(昼食付き。雨天時はワークショップのみで午後2時から。清掃は9月15



日(日)に延期) 場女性総合センター集合 30人(申込順) 申「びかびかアートプログラム参加希望」、住所、氏名、電話番号、延期時の参加の可否を書いてファクスで、ファーレ倶楽部事務局・松坂さん ☎(531)9667へ 市地域文化課・内線4501

**笑えて、学べる! 房野史典の歴史ライブ**

お笑い芸人の房野史典さんが幕末時代を現代風にとらえ、面白くかみ砕いて解説します 8月24日(土)午後2時~3時30分 柴崎学習館 30人(申込順) 8月10日(土)午前10時から柴崎図書館 ☎(525)6177へ

**米袋でエコバッグを作ろう**

玄米を入れる丈夫な米袋でエコバッグを作ります 8月17日・24日の土曜日、午後3時~4時 場ファーマーズセンターみののれ立川 各5人(申込順) 申ファーマーズセンターみののれ立川 ☎(538)7227へ 市産業観光課農業振興係・内線2650



**子ども・子育て**

**子育てに活かせる! ママのための心理学講座**

心の働きを知り、子育てがもっと楽しくなる心理学を学びます。父親の参加も可。企画・運営は思いやりの会 子育て中の方 9月11日・18日・25日の水曜日、午前10時~正午(全3回) 場女性総合センター 師メンタルトレーナー・青谷典子さん 500円(資料代) 定20人(申込順) 保若干名(1歳~学齢前) 8月13日(火)から生涯学習推進センター ☎(528)6872へ

**おもちゃの病院**

子どもたちの物を大切に育てるため、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 市内在住の方 8月24日(土)午後1時~3時 場女性総合センター5階 生活安全課消費生活センター係 ☎(528)6801

**親子で運動神経向上教室**

親子で関節を機能的に動かす体操を行い、運動会で行う種目に必要な運動機能の向上を目指します。企画・運営は生涯学習市民リーダーの会 3歳~小学4年生の子どもと保護者 9月16日(月・祝)午前10時30分~11時30分 場女性総合センター 師介護予防運動指導員・金城祐也さん 300円(受講料) 定15組(申込順) 特バスタオル(人数分)、飲み物 8月13日(火)から生涯学習推進センター ☎(528)6872へ

**ママのベビーマッサージ~私のお産・赤ちゃんとの生活を語り合おう**

ベビーマッサージをして、ママ同士で語り合おう 9月4日(水)午前10時30分~午後0時30分 柴崎学習館 助産師・河房子さん 200円(オイル代) 定10組(申込順) 特バスタオル 8月10日(土)から柴崎学習館 ☎(524)2773へ

**ママ&ベビーヨガ**

出産後のママの心身を整えながら赤ちゃんとの生活を語り合おう 市内在住の生後3か月~8か月の乳児と母親 9月25日(水)午後1時30分~2時15分 場子ども未来センター 師ヨガインストラクター・愛さん 定10組(申込順) 8月10日(土)午前10時から子育て支援事務室 ☎(529)8664へ

**いちごクラブplus**

身長・体重を測定し、足形をとります。直接会場へ 市内在住の0歳~1歳6か月の子どもと保護者 9月4日(水)午後1時30分~2時30分 場子ども未来センター 定20組(先着順) 子育て支援事務室 ☎(529)8664

**パパとじいじのベビーヨガ**

パパやじいじが赤ちゃんとの生活を語り合おう 市内在住の1歳前後~2歳前後のあんよができる子どもと保護者 9月8日(日)午後1時30分~2時15分 場子ども未来センター 師ヨガインストラクター・愛さん 定10組(申込順) 8月10日(土)午前10時から子育て支援事務室 ☎(529)8664へ

**パパの子育て講座「さあ! 笑っているパパになろう!」**

「パパの地域活動~ファザーリングのすすめ」と題した講義とパネルディスカッションを行います。後日料理教室も 市内在住の0歳~3歳くらいまでの子どもの父親 9月1日(日)午後1時30分~4時 場高松学習館 NPO法人ファザーリングジャパン代表理事・安藤哲也さん 定30人(申込順) 保10人(0歳~3歳) 申立川市社会福祉協議会 ☎(540)0210へ



**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。会場は健康会館

- 保健・栄養相談 保健師・管理栄養士が相談に応じます。受付時間=8月22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=9月3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=8月28日(水)
- 砂川学習館=9月4日(水)
- 健康会館=9月25日(水)
- 西砂学習館=10月2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。8月28日、9月25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 定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

**市公式ツイッターのご利用を**

市政情報、イベント情報などを発信

QRコード

@tachikawa\_tokyo

問広報課・内線2747