

👨👩👧👦 子ども・子育て

親子で挑戦 生地から手作り簡単ピザ

👨👩小学生と保護者🕒3月26日(休)午前10時～午後0時30分📍女性総合センター👨👩食とくらしと環境を考える会の皆さん費1人400円(材料代)定12組(申込順)保5人程度(1歳～学齢前)持エプロン、三角巾、タオル、布巾📅2月25日(火)から生活安全課消費生活センター係☎(528)6801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もふれあいます👨👩市内在住の

生後3か月～8か月の乳児と母親🕒3月25日(水)午後1時30分～2時15分📍子ども未来センター👨👩ヨガインストラクター・愛さん定10組(申込順)📅2月25日(火)午前10時から子育て支援事務室☎(529)8664へ

親子で楽しく野菜を育てて収穫しませんか

立川市農研会(農業後継者組織)の指導のもと、トウモロコシ、ジャガイモを育てます。種まきから収穫までの農作業を体験でき、育てた作物は持ち帰れます👨👩市内在住の小学生と保護者🕒4月4日、5月上旬、7月上旬の土曜日①午前9時から②午前10時30分から(1時間程度。野菜の生育状況によって変更あり。雨天実施)(全3回)📍ファーマーズセンターみののれ立川費1組900円定各50組(抽選)📅3月13日(金)(消印有効)までに、はが

きに、希望の時間(①または②)、住所、参加者全員の氏名(ふりがな)、小学生の年齢と新学年、電話番号、メールアドレス(当選や中止等はEメールで連絡)、駐車場利用の有無を書いて産業観光課農業振興係・内線2650へ

パパママ学級

4月以降の教室の受付を開始します。くわしくは、市ホームページをご覧ください👨👩初めての出産をする方(おおむね16週以降)とパートナー📅電子

申請＝3月1日(日)から▷電話・直接＝3月2日(月)から健康推進課母子保健係☎(527)3234(高松町3-22-9健康会館内)へ

0歳からのおんがく会「チリンとドローンのコンサート」

出演は、松本野々歩さん(うた)、田中馨さん(コントラバス)🕒3月28日(土)午後2時～2時50分📍柴崎学習館定80人(申込順)📅2月25日(火)から柴崎学習館☎(524)2773へ

🏃 スポーツ

6月から柴崎市民体育館の休館日、開館時間が変わります

6月から、柴崎市民体育館の休館日、開館時間が次のとおり変わります。これに伴い、夜間区分を含む利用料金も変更となります。くわしくは、「柴崎市民体育館」のホームページをご覧ください▶休館日＝毎月第1・第3月曜日、年末年始▶開館時間＝午前9時～午後10時

●柴崎市民体育館の指定管理者が替

わります 4月から「野村不動産ライフ&スポーツ・パートナーズ共同事業体」が、柴崎市民体育館の指定管理者として管理運営を行います。📍スポーツ振興課☎(529)8515

柴崎市民体育館プールの利用停止

ボイラー設備工事等のため、3月2日(月)～29日(日)、柴崎市民体育館のプールと館内温水シャワーは利用できません。ご不便をおかけしますが、ご理解をお願いします📍スポーツ振興課☎(529)8515

市民体育館

3月の個人利用日

▶午前＝午前9時～午後0時30分▶午後I＝午後0時30分～4時▶午後II＝午後4時～7時30分▶夜間＝午後7時30分～11時

泉市民体育館 ☎(536)6711

○3月5日(第1木曜日)は無料の個人開放日です。
○3月7日・8日は大会のため、体育室の個人利用はできません。
●第1体育室(卓球・バドミントン・ミニテニス)＝4日・5日・11日・18日・21日・25日
●第2体育室▶卓球・バドミントン＝2日・9日・16日・22日・23日・30日(22日は全日、22日以外は午前・午後Iのみ)▶バスケットボール(午後II・夜間のみ)＝2日・9日・16日・23日・30日

柴崎市民体育館 ☎(523)5770

○3月2日(第1月曜日)は無料の個人開放日です。
●第1体育室(バドミントン・ミニテニス)●第2体育室(卓球)＝いずれも2日・6日・13日・14日・15日・20日・27日・28日
●第1体育室(バスケットボール)(夜間は午後9時30分まで)＝9日・23日

健康 Q & A 557

Q

現在、妊娠中です。歯科治療に通っても大丈夫ですか？

A

妊婦歯科検診の際、「おなかの赤ちゃんにカルシウムを取られてしまい、むし歯ができてしまった」と訴えるお母さんが多くいらっしゃいます。気持ちは分かりますが、歯はほとんど無関係です。赤ちゃんは、成長に必要な栄養素を母親の血液から吸収します。カルシウムの場合、母親の骨の代謝を利用したものであり、歯のカルシウムはほとんど減ることはありません。
妊娠中に歯科治療が必要になった場合、治療で受ける痛みなどのストレス、薬の影響、レントゲン撮影による放射線の影響などが心配されま

すが、すべて避ける必要はありません。妊娠中期(安定期)は、通常の歯科治療に適しており、わたしたち歯科医師は、医師、薬剤師と連携をとって、適切に必要な処置を行うよう心がけています。
また、むし歯の原因菌は生まれたばかりの赤ちゃんの口には存在しません。親の唾液などを介して感染するといわれています。あまり神経質になることはありませんが、親の口腔内が清潔であれば、子どものむし歯のリスクは減ります。親の口腔管理をきちんとしましょう。
《立川市歯科医師会・川島信太郎》

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」 救急相談センター	☎03(5272)0303 ☎(521)2323	
		※携帯電話・プッシュ回線からは☎＃7119も利用できます。		

健康日程表

①健康相談 個別予約制(1人30分)。電話で健康推進課へ。会場は健康会館

●栄養相談 管理栄養士が相談に応じます。
受付時間＝3月3日(火)午前9時20分～10時50分
●医師・保健・栄養相談 医師・保健師・管理栄養士が相談に応じます。
受付時間＝3月19日(木)午後1時20分～2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

●砂川学習館＝3月4日(水) ●健康会館＝3月25日(水)
●西砂学習館＝4月1日(水) ●健康会館＝4月22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。
3月25日、4月22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、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、インフルエンザ等の感染症にかかっている場合はご遠慮ください。
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

オリンピック・パラリンピック特集

オリンピックフラッグ・パラリンピックフラッグが立川市にやってくる

オリンピックフラッグ・パラリンピックフラッグと東京1964大会で使用された入場券やポスターなどを展示します。直接会場へ🕒3月9日(月)～13日(金)、午前8時30分～午後5時(初日は午前10時から、最終日は午後3時まで)📍市役所1階多目的プラザ

ベラルーシ共和国少年少女ダンス劇団「ロヴェスニク」公演会

立川市は、ベラルーシ共和国新体操ナショナルチームの事前キャンプ地、ホストタウンとして登録されています。ホストタウン交流事業として、ベラルーシ国内外で活躍する少年少女ダンス劇団「ロヴェスニク」による公演を行います。直接会場へ🕒3月3日(火)午後6時20分開演(午後6時開場)📍たましんRISURUホール小ホール定246人(先着順)

📍市オリンピック・パラリンピック準備室・内線2680

東京2020 オリンピックまで 150 日

パラリンピックまで 182 日 (2/25時点)

令和2年(2020年)2月25日 広報 たちかわ 8