

## 健康

### らくらくゴックン(離乳食準備教室)

スムーズに離乳食が始めるように、進め方や気をつけるポイントなどを学びます



対・時 これから離乳食を始める①令和元年11月～12月生まれの乳児と保護者=4月10日(金)②令和元年12月～令和2年1月生まれの乳児と保護者=5月8日(金)、いずれも午前10時～11時30分(健康会館) 100円(材料代) 各20組(申込順。第1子優先) 3月10日(火)から電話、または電子申請で健康推進課母子保健係 ☎(527)3234へ

### 妊婦サポート面接

健康会館では、妊娠届出時に保健師・助産師による妊娠・出産についての相談や、子育てサービスを紹介する妊婦サポート面接を実施しています。4月以降に妊婦サポート面接を受ける方には、育児に役立つグッズを好みで選べる「育児パッケージ」を差し上げます。健康会館以外で妊娠届出をした場合は別日に予約を取ることができます(健康推進課母子保健係 ☎(527)3234)

**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。

## 講座

★マークは、たちかわ市民交流大学・市民推進委員会が主催する市民企画講座(たちかわ☆きらきらカード対象講座)

### 写真からわかる立川の歴史～立川の今を記録する

砂川青年団が撮影した写真等から立川の歴史を学び、記録する意味を考えます 4月20日(月)午後6時30分～8時30分(砂川学習館) 立川民俗の会会長・豊泉喜一さん 定20人(申込順) 3月10日(火)から砂川学習館 ☎(535)5959へ

### 犬との楽しい暮らし方

飼い主も愛犬も幸せに生活するために、愛犬に教えておきたいルールやマナーを学びます 4月25日(土)、5月24日(日)、6月27日(土)、午後2時～4時(全3回) 西砂学習館(獣医師・千葉陽子さん) 定30人(申込順) 保若干名(1歳～学齢前) 3月10日(火)から西砂学習館 ☎(531)0431へ



### 子育てママのリラックステー

紅茶を使った料理を学びながら、子育てについて気軽に話ませんか(子育て中の母親) 5月19日、6月16日、7月7日、9月8日、10月6日の火曜日、午前10時～午後1時(全5回) 柴崎学習館(日本紅茶協会認定ティーインストラクター・大橋泰子さん) ほか 費4,000円(材料代) 定16人(申込順) 保若干名(1歳～学齢前) 特エプロン、三角巾、タオル 3月10日(火)から電話、または氏名、連絡先を書いてEメールで柴崎学習館 ☎(524)2773 e shibasakigakusyukan@city.tachikawa.lg.jpへ

## くらしの中の漢方

立川市消費者団体連絡会と共催 4月8日(水)午前11時～正午(場)女性総合センター(東京都薬用植物園統括管理責任者・山上勉さん) 定40人(申込順) 保5人程度(1歳～学齢前) 3月10日(火)から生活安全課消費生活センター ☎(528)6801へ

### 我が子に教える書(硬筆)の基本

子どもが意欲をもって学べる書写の基本を学びます 4月16日(木)午前10時～正午(場)砂川学習館(元小学校校長・中村宗男さん) 費500円(受講料)

定20人(申込順) 保若干名(1歳～学齢前) 3月10日(火)から砂川学習館 ☎(535)5959へ

### おとなも子どもも楽しい～多摩川の植物観察と草花あそび

多摩川沿いを散策して、春の植物を利用した草花遊びを学びます。小学2年生以下は保護者同伴 4月19日(日)午後2時～4時(場)たまがわ・みらいパーク、多摩川河川敷(立川自然観察友の会会長・鈴木功さん) 費50円(保険料) 定20人(申込順) 保若干名(1歳～学齢前) 3月10日(火)から生涯学習推進センター ☎(528)6872へ

## アルバルク東京応援day

を行いました

2月8日・9日にアリーナ立川立飛で行われたBリーグ公式戦、アルバルク東京のホームゲームで、市と連携して「アルバルク東京応援day」を行いました。

「広報たちかわ」や商店街をめぐる「くるりんスタンプラリー」で観戦チケットプレゼントに当選した方々が試合を観戦。中には初めてBリーグの試合を観戦する人もいて、選手たちの大迫力のプレーを楽しんでいました。

コート外では、市内に店舗を構えるお店が出店していたり、「くるりん」がたくさん子どもたちと記念撮影したりと、応援ムードを盛り上げました。

市は、今後もプロスポーツ団体との連携を通じて、地域活性化などを進めていきます。

©ALVARK TOKYO

## 第1回「立川の農」写真コンテスト表彰式

市と立川農業振興会議は、立川農業の魅力発信を目的として、初めて「立川の農」写真コンテストを実施しました。審査の結果、次のとおり各賞を決定し、2月13日に表彰式を行いました▶立川市長賞=宮崎彩乃▶立川農業振興会議会長賞=松島国五郎▶特別賞=谷関則緒、平方朝彦▶奨励賞=金田悠葵(敬称略)

市長賞「Natural color」

☎産業観光課農業振興係・内線2649

受賞者と市長、審査員の皆さん

## 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

- 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
- 栄養・運動相談 管理栄養士・運動指導者が相談に応じます。受付時間=4月7日(火)午前9時20分～10時50分

②親子の健康相談 直接会場へ▶受付時間=午前9時30分～10時45分

- 健康会館=3月25日(水)
- 西砂学習館=4月1日(水)
- 健康会館=4月22日(水)
- 砂川学習館=5月13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、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)