

## 健康

### 2年に1度、子宮頸がん・乳がん検診を受診しましょう

対象者や検診内容などは下表のとおり。住民税非課税世帯、生活保護世帯等の方には費用の免除制度があります。乳がん検診は、次の方は受けられません▶妊娠中の方▶授乳中の方▶乳房疾患で治療中や経過観察中の方▶乳房内に人工物が入っている方  
 ①希望検診名(①子宮頸がんのみ②乳がんのみ③両方)、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号を書いて郵送、または電子申請で健康推進

	子宮頸がん検診	乳がん検診
対象者	受診日現在20歳以上の女性市民の方で、昨年度の市の子宮頸がん検診を受けていない方	受診日現在40歳以上の女性市民の方で、昨年度の市の乳がん検診を受けていない方
検診内容	頸部細胞診(医師の判断で体部細胞診も)	マンモグラフィ(必要に応じて自己検診法指導も)
負担額	頸部1,000円、頸部と体部2,000円	1,000円
受診期間	7月1日(水)～令和3年2月28日(日)に、市内の指定医療機関で受診してください	

課予防健診係(〒190-0011高松町3-22-9健康会館内)☎(527)3272へ。受診票を郵送します。

### 子宮頸がん・乳がん検診の無料クーポン券などを送付します

平成31年4月2日～令和2年4月1日の間に次の年齢になった女性市民の方に各検診を無料で受けられるクーポン券などを6月下旬に送付します。積極的に検診を受けましょう▶子宮頸がん検診=20歳▶乳がん検診=40歳  
 健康推進課予防健診係☎(527)3272

### 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)

健康会館1階 ☎(526)2004  
 ▷日曜日・祝日=午前9時～午後8時45分(受付時間)

#### 歯科休日急患診療所

健康会館2階 ☎(527)1900  
 ▷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。

## 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。受付日時=7月7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。受付日時=7月16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=7月1日(水)
  - 健康会館=7月29日(水)
  - 西砂学習館=8月5日(水)
  - 健康会館=8月26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。7月29日、8月26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▶15組(先着順)

③乳児(3～4か月児)・1歳6か月児・3歳児健康診査

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、集団での健康診査を延期しています。対象者には市内医療機関で個別に受診できるよう案内を送付しています。

☎健康推進課①☎(527)3272、②③☎(527)3234

## 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。なお、新型コロナウイルス感染症の影響により、催し等が中止・延期になる可能性があります。開催状況については各問い合わせ先へご確認ください。

### まちのお知らせ

- 中学生テニス教室 立川市体育協会ほかが主催市内在住・在学の中学生時7月23日(木・祝)、8月2日(日)・9日(日)・10日(月・祝)・16日(日)・22日(土)(全6回。8月29日(土)予備日) 湯島町庭球場、自治大学校テニスコート費1,000円(受講料ほか)定40人(申込順)☎電話で事前に問い合わせの上、7月14日(火)(消印有効)までに、往復はがきに住所、氏名、年齢、学年、電話番号、テニス歴、ラケットの有無、返信用宛先を書いて、立川市テニス連盟事務局・山崎さん(〒190-0002

幸町5-57-5立川グリーンテニスクラブ内)☎(536)6798

- 講演会「市民活動と政治活動と～多摩の女性市議が語る」 NPO法人市民活動サポートセンター・アンティ多摩が主催。地域課題に市民活動で取り組む中で自治体のあり方に関わる必要を感じ自治体議員になった女性の市議3人が、活動と立候補の関わりや中心的取組課題を語ります時7月12日(日)午後1時30分～4時30分 湯島町たましんRISURUホール5階第6・第7会議室費500円(資料代)定48人(申込順)☎アンティ多摩☎(540)1663
- 第2回菊作り無料講習会 立川菊花愛好会が主催。前回で挿し芽をした苗の本鉢植え替えと、秋の開花までの管理方法を学びます。苗の用意があるので2回目からの参加も可。作品は11月の諏訪神社の菊花展で展示します時6月28日(日)午後1時30分～4時 湯島町さかえ会館定20人(申込順)☎江原さん☎(522)2242

## 講座

### 講座情報誌「きらり・たちかわ」夏号を発行しました

たちかわ市民交流大学は、「きらり・たちかわ」夏号を発行しました(3月、6月、9月、12月に発行)。特集は「子どもと一緒にタイムスリップ!! 南口編」です。各地域学習館、市役所、図書館などで配布しています。目が不自由でご希望の方には録音したCDを無料でお送りします  
 生涯学習推進センター市民交流大学係☎(528)6872



### 認知症サポーター養成講座

認知症について学び、認知症の方やその家族を見守る地域の応援者を養

成します市内在住・在勤・在学の方時7月11日(土)午前9時～10時30分 湯島町さかえ会館(幸町4-14-1)定10人程度(申込順)☎6月25日(木)から北部中さいわい地域包括支援センター☎(538)2339へ

### みんなの介護教室

テーマは「地域で高めよう介護力」市内の方時7月8日(水)午後1時30分～3時 湯島町西砂学習館定30人(申込順)☎北部西かみすな地域包括支援センター☎(536)9910へ

## スポーツ

### 市民体育大会

参加資格、申込方法、費用等は「立川市体育協会」のホームページをご覧ください。

- 卓球(個人の部) 時9月12日(土)午前9時から湯島市民体育館立川市卓球連盟・小島さん☎(535)2891

## 市民体育館 7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(柴崎市民体育館は午後10時まで)

### 泉市民体育館 ☎(536)6711

- 7月4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)=1日・2日・8日・12日・15日・18日・22日・29日(12日は午後II以降)
- 第2体育室▶卓球・バドミントン(午前・午後Iのみ)=6日・13日・20日・27日▶バスケットボール(午後II・夜間のみ)=6日・13日・20日・27日

### 柴崎市民体育館 ☎(523)5770

- 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3日・10日・11日・13日・17日・19日・24日・25日・31日
- 第1体育室(バスケットボール)=27日(夜間は午後9時30分まで)



## たまがわ・みらいパークの催し

湯島町たまがわ・みらいパーク(旧多摩川小)☎マークの催しは電話、または参加者名・電話番号を書いてファクスで☎・FAX(848)4657へ。その他の催しは直接会場へ

7月28日(火)は休館日です。

- 朝市はお休みします
- 読書会 対16歳以上の方時7月1日・15日の水曜日、午後7時～8時30分費1回300円(参加費。初回無料)定8人(申込順)持お気に入りの本1冊、筆記用具☎6月30日(火)までに
- たまみら書道ペン習字教室 対小学3年生以上の方(小学生は保護者同伴)時7月4日・18日の土曜日、午後1時～3時費月500円(材料代。18歳未満は無料)定各5人(申込順)持書道道具

(半紙、墨汁は会で用意)☎前日までに

- 絵手紙広場 時7月7日・14日・21日の火曜日、午前10時～正午費300円(年会費)定3人(申込順)持筆、すずり、墨、顔彩、絵手紙用はがき☎前日までに
- 学び舎～日本語の読解力を伸ばそう 対①小学生②中学生時7月7日・14日・21日の火曜日①午後4時30分～6時②午後6時20分～7時50分費1,500円(参加費)定①4人②3人(いずれも申込順)持筆記用具☎7月6日(月)までに
- ママのワークライフバランスaround 立川 ミニヨガレッスンあり対育児中の女性(子ども同伴可)時7月9日(木)午前10時～正午費500円(参加費)定10人(申込順)☎7月2日(木)までに

## レジ袋有料化 7月1日スタート

7月1日(水)から全国一律で、プラスチック製買い物袋(レジ袋)が有料となります。これは、海洋プラスチックごみ問題や地球温暖化などの解決に向けた一歩として実施されるものです。お買い物にはマイバッグを持参しましょう。  
 ☎ごみ対策課家庭ごみ減量係・内線6748

