健康

わかちあいの会

身近な人を自死で亡くした方が、語り合い、支え合う場です。昭島市と共催。市外の方、匿名での参加も可。直接会場へ時3月20日㈰午後2時～4時場昭島市保健福祉センターあいぽっく（昭島市昭和町4-7-1）問健康推進課保健事業係☎(527)3272

休日・夜間診療

●事前に連絡の上、保険証を持参してお越しください。
●新型コロナウイルス感染症に関する診療や検査等は行いません。感染が疑われる場合は2面をご覧ください。

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 こども救急室 ☎(523)2677
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Q&A 576

Q 「オンライン資格確認」とは何ですか？

A 令和3年10月から本格運用が始まった「オンライン資格確認」は、医療機関や薬局の窓口で、マイナンバーカードのICチップか保険証の記号番号によって、オンライン上で医療保険の資格情報を確認するものです。特に、マイナンバーカードに搭載されている電子証明書と顔写真を活用した顔認証では、本人確認がスムーズに確実に行えます。

また、本人の同意の上で医師や薬剤師がオンラインで薬剤情報や特定健診情報を受け渡しできるようになるため、初めて受診する医療機関でも、より多くの情報に基づいた診療を迅速に受けることができるようになります。

医療機関などでマイナンバーそのものを取り扱うわけではなく、受信歴などの個人情報がカードのICチップに入ることもないので安心です。

なお、マイナンバーカードを保険証として利用するためには、マイナポータルサイトで事前に申し込む必要があります。

《立川市薬剤師会・加賀美宏次》

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

●**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＝3月17日㈭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。
▶受付日時＝4月5日㈫午前9時20分～10時50分

②親と子の健康相談 個別予約制。電話で健康推進課へ

●**健康会館**＝3月23日㈬
●**健康会館**＝4月27日㈬
●**西砂学習館**＝4月6日㈬
●**砂川学習館**＝5月11日㈬
▶受付時間＝午前9時30分～10時45分
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。
3月23日、4月27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定各12組（申込順）

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。

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問健康推進課①☎(527)3272、②③☎(527)3234

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られるように、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▷令和3年11月～12月生まれの乳児と保護者＝4月8日㈮▷令和3年12月～令和4年1月生まれの乳児と保護者＝5月13日㈮、いずれも午前10時～11時30分場健康会館定各10組（申込順。第1子優先）申3月10日㈭から電話か電子申請で健康推進課母子保健係☎(527)3234へ

スポーツ

市民体育大会の結果

いずれも優勝（敬称略）。
●**トライアスロン（個人の部）** ▶男子一般＝鈴木工▶男子壮年＝河内俊浩▶女子一般＝若月由里佳▶女子壮年＝堀籠いずみ
問立川市体育協会☎(534)1483

催し

国立音楽大学ドイツリートコンサート

国立音楽大学ドイツリート同好会による「自然」をテーマとした歌曲のソロ、重唱のコンサート。曲目はシューベルト「野ばら」、ブラームス「子守唄」ほか。直接会場へ時3月24日㈭午後5時30分から場女性総合センター1階ホール定98人（先着順）問立川市地域文化振興財団☎(526)1312

交通安全講習会

歩行者と自転車が交通事故にあわないために気をつけるポイントについて、DVDと講話で学びます。直接会場へ時・場**下表**のとおり。時間はいずれも午後4時～5時（受け付けは午後3時30分から）問立川国立地区交通安全協会事務局☎(522)7259

日時	会場	定員（先着順）
3月23日㈬	女性総合センター5階第3学習室	35人
28日㈪	市役所1階101会議室	45人
29日㈫	たましんRISURUホール5階第1会議室	45人

Fun To Cycle!!展

自転車を安全・快適に楽しむために、DVD上映やシェアサイクルの展示、自転車シミュレーターの体験会を行います。反射材の配布も（なくなり次第終了）。直接会場へ時3月17日㈭・18日㈮・22日㈫・23日㈬、午前9時～午後5時（自転車シミュレーター体験は3月17日・23日の午前10時～午後4時）場市役所1階多目的プラザ問交通対策課交通企画係・内線2280

しごたま就活フェア2023

18社程度が参加する合同企業説明会やオンライン面接体験など対令和5年3月に大学院や大学、短大、高専、専修学校などを卒業予定の学生と就職活動中の既卒3年以内の方時3月16日㈬午後0時30分～4時場ホテルエミシア東京立川（曙町2-14-16）定100人（申込順）申東京しごとセンター多摩☎042(329)4524問市産業観光課商工振興係・内線2645

1日でできる！ 舞台体験

たちかわ演劇祭特別企画。朗読、ダンス、歌、殺陣・アクションの各パートで1つの作品を創り上げます対多摩地域在住・在勤・在学の小学生以上の方（殺陣・アクションパートは中学生以上）時6月5日㈰午前9時30分～午後5時場たましんRISURUホール小ホール定各パート10人（申込順）費500円（DVDを購入する方のみ）申5月10日㈫〔必着〕までに、申込用紙（「立川市地域文化振興財団」のホームページからダウンロード可）を直接、または郵送、ファクス、Eメールでたちかわ演劇祭実行委員会〔〒190-0022錦町3-3-20立川市地域文化振興財団内〕☎(526)1312Fax(525)6581e engekisai@tachikawa-chiikibunka.or.jpへ

ワールドクッキング Online

オンライン会議ツール「Zoom」を使用。「北京ダック風春餅」を皮から作ります。NPO法人たちかわ多文化共生センターと市の共催▶日時＝3月26日（土曜日）午後2時～4時▶講師＝横山萌さん（中国上海出身）▶定員＝80人（申込順）▶申し込み＝3月22日（火曜日）までに右下2次元コードの申込フォーム、またはEメールに「ワールドクッキング参加希望」、氏名、電話番号、Eメールアドレスを書いて、たちかわ多文化共生センター☎(527)0310e tmc@poppy.ocn.ne.jpへ▶問い合わせ＝市民協働課多文化共生係・内線2632

資源とごみの分別・減量・出し方パネル展

市のごみの現状やごみ出しのルール、分別方法、減量のポイントについて展示します。直接会場へ時3月28日㈪～31日㈭、午前9時～午後4時場市役所1階多目的プラザ問ごみ対策課・内線6748

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。掲載申込書等は広報課（市役所2階42番窓口）と各地域学習館で配布するほか、市ホームページからダウンロードもできます。

まちのお知らせ

●**女性テニス教室（硬式）** 立川市テニス連盟が主催。くわしくは「立川市テニス連盟」のホームページを参照の上、3月25日㈮までに電話、またはEメールで申し込んでください対市内在住・在勤の方、または連盟登録者で初級者～中級者時4月7日～5月26日の木曜日、午前9時～11時（全6回。予備日2日）場泉町庭球場費4,000円（参加費）定40人（申込順）申立山さん☎(536)8598
●**パッチワーク教室富芸会体験会** ルームシューズとネコのブローチを作ります時4月13日・27日の水曜日、午前10時～正午（全2回）場滝ノ上会館費1,000円（材料代）申4月6日㈬までに鈴木さん☎(523)1762

会員募集

●**さくらの会** 令和3年6月に発足したヴォイストレーニングとカラオケの会です。講師は声楽家・内田一行さん時月2回の金曜日、午前9時30分～11時30分場こぶし会館月2,500円申清宮さん☎090(8460)3116
●**立川ジャズ体操クラブ** ジャズ体操を通して筋力と体力をつけ、現代のリズム感覚に反応できる心と体をつくります時毎週火曜日、午後1時～3時（祝日を除く）場泉市民体育館入2,000円月4,000円定若干名（申込順）申田中さん☎(531)0330〔午後1時以降〕
●**砂川地区囲碁将棋同好会** 囲碁部、将棋部に分かれて1回約3時間、同レベルで手合わせします。初・中級者歓迎時月3回の木曜日（主に午後）場こんぴら橋会館年1,000円申田中さん☎(535)3651