

たちかわ健康ポイント 参加者を募集

市は、手軽に健康づくりに取り組めるよう、平成30年から健康ポイント事業に取り組んでいます。今回リニューアルし、景品も豪華になりました。参加条件や期間、費用、定員等は1面をご覧ください。





☎たちかわ健康ポイント事務局 ☎03(6631)7478、市健康推進課地域支援係・内線4728

くわしく知りたい方は たちかわ健康ポイント説明会

アプリや歩数計の使い方などを説明します。参加は必須ではありません。直接会場へ。

🕒 5月21日(出)午前10時～午後4時 📍 市役所2階210会議室

申し込みから景品交換までの流れ

① 申し込み	② ウォーキングなどの健康活動を行う	③ ポイントをためる	④ アンケート・景品交換																								
<p>使用する方 右下2次元コードから「たちかわ健康ポイント」のホームページにアクセスすると、スマートフォンにアプリをインストールできます。画面の案内に沿って登録者情報と団体コード「tckw」を入力してください。</p> 	<p>活動内容に応じて下表のポイントがもらえます。アプリには、活動中に撮影した写真などを投稿して参加者同士で交流できる機能もあります。</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>健康活動</th> <th>1日の歩数</th> <th>ポイント</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="4">ウォーキング</td> <td>2,000歩～3,999歩</td> <td>10ポイント</td> </tr> <tr> <td>4,000歩～5,999歩</td> <td>20ポイント</td> </tr> <tr> <td>6,000歩～7,999歩</td> <td>30ポイント</td> </tr> <tr> <td>8,000歩以上</td> <td>50ポイント</td> </tr> <tr> <td>市が指定する健康教室等のイベントへの参加</td> <td></td> <td>100ポイント</td> </tr> <tr> <td>健康診査等の受診</td> <td></td> <td>100ポイント</td> </tr> <tr> <td>毎日の体重入力</td> <td></td> <td>1ポイント</td> </tr> <tr> <td>月間達成ボーナス</td> <td></td> <td>100ポイント</td> </tr> </tbody> </table>	健康活動	1日の歩数	ポイント	ウォーキング	2,000歩～3,999歩	10ポイント	4,000歩～5,999歩	20ポイント	6,000歩～7,999歩	30ポイント	8,000歩以上	50ポイント	市が指定する健康教室等のイベントへの参加		100ポイント	健康診査等の受診		100ポイント	毎日の体重入力		1ポイント	月間達成ボーナス		100ポイント	<p>アプリの「歩数送信ボタン」を押して歩数を送信してください。</p>  <p>Loppi(ローソン、ミニストップの各店舗に設置)に歩数計をタッチしてポイントを送信してください。</p> 	<p>抽選にはアンケートへの回答が必要です。1口3,000ポイントで、ポイントがたまると自動で抽選が行われます(最大3口まで)。</p> <p>イルペペ(パレスホテル立川)ペアランチお食事券や立飛麦酒醸造所(立飛ブルワリー)クラフトビール、国営昭和記念公園年間パスポートなどのすてきな賞品が、合計約500人に当たります。</p> 
健康活動	1日の歩数	ポイント																									
ウォーキング	2,000歩～3,999歩	10ポイント																									
	4,000歩～5,999歩	20ポイント																									
	6,000歩～7,999歩	30ポイント																									
	8,000歩以上	50ポイント																									
市が指定する健康教室等のイベントへの参加		100ポイント																									
健康診査等の受診		100ポイント																									
毎日の体重入力		1ポイント																									
月間達成ボーナス		100ポイント																									
<p>歩数計を使用する方 はがきに「たちかわ健康ポイント申し込み」、①氏名(ふりがな)②登録するニックネーム(10文字以内)③郵便番号・住所④生年月日⑤電話番号⑥性別⑦身長・体重(任意)⑧Eメールアドレス(任意)を書いて、健康推進課地域支援係(〒190-0011高松町3-22-9健康会館内)へ。参加が決定した方には歩数計を代金引換で郵送します。</p>																											

会議、講演会等に手話通訳等を希望する方は開催1週間前までに各問い合わせ先、または下記ファクスまでお申し込みください。

立川市議会議員選挙立候補予定者説明会

立川市議会議員選挙立候補予定者説明会

立川市議会議員選挙に立候補する方への立候補予定者説明会を開催します。なお、会場の都合上、出席者は1候補につき2人までです。直接会場へ。

🕒 4月15日(金)午前10時から📍 市役所1階101会議室

なお、任期満了(7月13日)に伴う、立川市議会議員選挙の日程は、次のとおりです▼**告示日** 6月12日(日)▼**投・開票日** 6月19日(日)

☎選挙管理委員会事務局・内線1631

地域学習館運営協議会委員を募集

市内に6館ある地域学習館では、市民の皆さんと協働して事業運営などを行うために、運営協議会を設置しています。この協議会に参加する市民委員を募集します。

▼**対象** 4月15日現在、20歳以上で市内に引き続き3か月以上在住し、平日の会議(月1回程度)に出席できる方▼**任期** 6月から2年間▼**謝礼** 1回1000円▼**募集人数** 6人(各学習館1人。選考)▼**応募方法** 4月15日(金)消印有効までに、住所、氏名、年齢、電話番号、性別、職業、希望の学習館の有無(ありの場合は第2希望まで)と「生涯学習の拠点としての地域学習館に望むこと」(800字程度)を書いて、直接、または郵送、ファクス、Eメールで生涯学習推進センター管理

係(〒190-00012曙町2-136)2女性総合センター4階 ☎(527)5757 ☎(528)6809 📧 shougai-suisin@city.tachikawa.lg.jp <

検査業務職員(会計年度任用職員)を募集

くわしくは市ホームページをご覧ください。

▼**職務内容** 公共調達における検査業務、技術指導など▼**応募資格** 国・地方公共団体等の公的機関での工事や設計委託(ともに土木分野)に関する2年以上の検査業務経験がある方など

▼**報酬** 月額20万8600円▼**募集人数** 1人(選考)▼**試験** 4月21日(木)

☎品質管理課品質管理係・内線2449

公開する会議日程

☎(申)は申込制(申込順)。そのほか

新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口

発熱などの症状が出たときは、まずは「かかりつけ医」に電話で相談してください。



かかりつけ医がない、相談する医療機関に迷う場合など

●**東京都発熱相談センター**

☎03(5320)4592・☎03(6258)5780

[土曜・日曜日、祝日を含む、24時間]

●**東京都発熱相談センター医療機関案内専用ダイヤル**

☎03(6630)3710 [土曜・日曜日、祝日を含む、24時間]

☎03(6626)3473 [土曜・日曜日、祝日を含む、午前9時～午後6時]

症状はないが不安な場合、感染予防に関することなど

●**東京都電話相談窓口(新型コロナ・オミクロン株コールセンター)**

☎0570(550)571 [土曜・日曜日、祝日を含む、午前9時～午後10時]

●**厚生労働省電話相談窓口**

☎0120(565)653 [土曜・日曜日、祝日を含む、午前9時～午後9時]

今月の納期 **3月31日(木)**

▷国民健康保険料第9期分▷後期高齢者医療保険料第9期分

納付書裏面等に記載の場所で納付してください☎国民健康保険料=保険年金課賦課係・内線1416、後期高齢者医療保険料=保険年金課賦課係・内線1406

かは直接会場へ(先着順)。
●**都市計画審議会** 4月13日(水)午前10時から📍市役所1階101会議室(定)5人☎都市計画課都市総務係・内線2365
●**教育委員会定例会** 4月14日(木)午前10時から▼4月28日(木)午後1時30分から📍市役所2階208・209会議室(定)各20人☎教育総務課庶務係・内線2465
☎図書館協議会 4月22日(金)午後2時から📍中央図書館4階会議室(定)5人☎中央図書館 ☎(528)6800へ