

健康

市内指定医療機関、市内指定歯科医療機関は、市ホームページをご覧ください。

20歳以上の無料歯科健診

歯周組織の検査や現在歯の確認をする無料歯科健診を年度に1回、市内指定歯科医療機関で受診できます。75歳以上の方は飲み込みの力などもチェックします。市内指定歯科医療機関で直接申し込みもできます。20歳以上の市民の方(歯科で治療の方は除く)「成人歯科健診希望」、住所、氏名、生年月日、電話番号を、直接、または電話、郵送、電子申請で健康推進課予防健診係(〒190-0011高松町3-22-9健康会館内)☎(527)3272へ

休日・夜間診療

●保険証、医療券等をお持ちください。

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、12月29日(日)～1月3日(金)＝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、12月29日(日)～1月4日(土)＝午前9時～午後4時45分(受付時間)

立川市・立川病院 ども救急室

☎(523)2677

立川病院内

▷日曜・水曜・金曜日(祝日、12月30日(月)～1月3日(金)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

健康相談 1人30分 健康会館

●1月7日(火)午前9時20分～10時50分＝栄養相談(管理栄養士が相談に応じます)

●1月16日(木)午後1時20分～2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)

☎電話か電子申請で健康推進課保健事業係☎(527)3272へ

親子の健康相談 受付時間は午前9時30分～10時45分

保健師、助産師、栄養士、歯科衛生士が相談に応じます

●1月8日(水)＝上砂会館(直接会場へ)

●1月29日(水)、2月26日(水)＝健康会館

●2月5日(水)＝西砂学習館(直接会場へ)

☎健康会館で行う相談のみ、電子申請で健康推進課母子保健係☎(527)3234へ

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。日時変更は通知に同封する2次元コードから行ってください。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。

☎健康推進課母子保健係☎(527)3234

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。

シニア

健康長寿は歯と口から～オーラルフレイルを知ろう

対65歳以上の市民の方時1月17日(金)午後2時～3時30分 場子ども未来センター 師歯科医師・中村伸さん定20人(申込順) 申南部東はごろも地域包括支援センター☎(523)5612へ



正しい爪切り、出来ていますか

正しい爪の手入れを学び、快適に歩き続けられる足を手に入れましょう。対65歳以上



の市民の方時1月9日(木)午後2時～4時 場至誠ホームオンニ(錦町2-10-26) 師看護師・鷹取鈴貴さん定10人(申込順) 持爪切り(普段使用しているもの)、タオル1枚申12月25日(水)午前9時から、にしき福祉相談センター☎(527)0321へ

新春みんなでポッチャ大会@大空カフェ

地域の子ども会と一緒にポッチャを楽しみます。対おおむね65歳以上の市民の方時1月18日(土)午前10時～正午 場上砂会館定20人(申込順) 持飲み物申12月25日(水)午前9時から、かみすな福祉相談センター☎(537)7799へ

にしすなカフェ(介護サロン)

ずっと自分の足で歩くために、今日からできる簡単体操。対65歳以上の市内在住の方と家族時1月11日(土)午前10時30分～正午 場西砂第三学童保育所2階 師体操トレーナー・鈴木健太郎さん定20人(申込順) 持飲み物申にしすな福祉相談センター☎(531)5550へ

シルバー人材センター働き方・しごと説明会

会員登録の申し込みも受け付けます。対市内在住の原則60歳以上の方時・場▷1月15日(水)＝シルバー人材センター柴崎本部(柴崎町1-17-7)▷1月28日(火)＝市役所2階209会議室▷1月30

日(木)＝高松学習館▷1月31日(金)＝たましんRISURUホール5階第7会議室、いずれも午後1時30分から。申前日までにシルバー人材センター柴崎本部☎(527)2204へ

スポーツ

市民体育大会閉会式

成績発表や優勝杯授与などを行います。直接会場へ時2月8日(土)午後7時から 場泉市民体育館 立川市スポーツ協会☎(534)1483

市民体育大会の結果

●バドミントン(地区対抗の部) ▶男子▷優勝＝幸町体育会▷準優勝＝栄町体育会▷第3位＝砂川体育会▶女子▷優勝＝富士見町体育会▷準優勝＝柏町体育会▷第3位＝幸町体育会
●陸上(地区対抗の部) ▶男子▷優

勝＝錦町体育会▷準優勝＝若葉町体育会▷第3位＝西砂川地区体育会▶女子▷優勝＝若葉町体育会▷準優勝＝錦町体育会▷第3位＝西砂川地区体育会▶総合▷優勝＝若葉町体育会▷準優勝＝錦町体育会▷第3位＝西砂川地区体育会
立川市スポーツ協会☎(534)1483

小学生クラブ交流大会(ミニバスケットボール)

申込方法等、くわしくは「立川市バスケットボール協会」のホームページをご覧ください。対小学生で編成された市内のチーム時2月1日～24日の土曜・日曜日、祝日 場柴崎市民体育館、二中 立川市スポーツ協会☎(534)1483



ホームゲームを応援しよう!!

市内で開催される公式戦日程をお知らせします。くわしくは、各チームのホームページをご覧ください。



●立川ダイス ▶ヴィアティン三重戦＝▷1月11日(土)午後3時試合開始▷1月12日(日)午後2時試合開始 場アリーナ立川立飛



●立川アスレティックFC ▶ボルクバレット北九州戦＝1月18日(土)午後3時試合開始 場アリーナ立川立飛

市民体育館

1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(泉市民体育館)＝午後7時30分～11時▶夜間(柴崎市民体育館)＝午後7時30分～10時

泉市民体育館 ☎(536)6711

○1月12日は大会のため、個人利用はできません。

○第2体育室は改修工事のため、利用できません。

●第1体育室(卓球・バドミントン・ミニテニス)＝4日・8日・15日・18日・22日・29日

柴崎市民体育館 ☎(523)5770

○1月13日(第2月曜日・祝日)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10日・11日・17日・19日・24日・25日・31日

●第1体育室(バスケットボール)＝13日(無料)・27日(いずれも午後II・夜間のみ、夜間は午後9時30分まで)

JR立川駅北口デッキ 避難用スロープがあります

地震などで停電し、サンサンロード南側のエレベーターが使用できなくなったとき、隣にあるスロープの扉が開きます。車椅子利用者など、階段を降りることができない方は避難用スロープをご利用ください。

☎道路課施設係・内線2397

