



市議会

●令和7年第3回定例会が閉会
この議会に市が提出した議案38件は原案どおり可決されました。内訳は、▶決算7件＝令和6年度立川市一般会計歳入歳出決算など▶条例17件＝立川市公契約条例など▶補正予算5件＝令和7年度立川市一般会計補正予算(第7号)など▶契約4件＝立川競輪場施設改修工事(第2期)(建築・電気設備・機械設備)請負変更契約など▶道路1件＝立川市道西123号線の認定について▶人事1件＝立川市監査委員の選任について▶その他3件です。
このほか、陳情2件が審議され、1件が採択、1件が不採択となりました。
☎議会事務局・内線3322

子ども・子育て

ほっと一息、ママとパパのための暗闇リラックスヨガ

☎子育て中の方 時11月14日・28日、12月12日の金曜日、午前10時～11時30分(全3回) 場西砂学習館 師生涯学習市民リーダー・前田京子さん 定12人(申込順) 保若干名(1歳～学齢前) 時ヨガマット(お持ちの方)、飲み物、滑り止め付きの靴下やレッグウォーマー(必要な方) 申10月10日(金)から 電子申請で 閤砂川学習館係 ☎(535)5959

保育園入園予定者向け卒乳講座

☎市内在住で来年度保育園入園を予定している1歳前後の子どもと母親(母親のみの参加可) 時11月13日(木)午前10時30分～11時30分 場子ども未来センター 師保健師・平川裕樺さん 定8組程度(申込順) 申10月13日(月・祝)午前10時から子育て支援事務局 ☎(529)8664へ

七小ことばの教室

小学生、幼児のことばに関する相談を行います(予約制)。この日以外の相談も随時、予約を受け付けています。
時▶10月18日(土)午後1時30分～3時30分▶11月8日(土)午前9時～11時30分、午後1時30分～3時30分 場七小 申七小「ことばの教室」 ☎(527)3627へ

スマホ等が子どもの脳に与える影響とそれらとの付き合い方を学ぶ

育児や日常生活でのスマホ等の電子機器使用により子どもの考える力や視力にどんな影響があるのか、付き合い方を学びます。
時11月17日(月)午前10時～正午 場女性総合センター5階第3学習室 師子どもネットリスク教育研究会・矢野さと子さん 定40人(申込順) 保16人程度(1歳～学齢前。0歳児は同伴可) 申10月10日(金)午前9時から〔保育を希望する方は10月31日(金)午後5時までに〕市民型ソーシャルワーカーほっとほっとたちかわ・樋口さん ☎080(5524)0271へ 閤市子ども家庭センター ☎(528)6871

土曜ファミリー劇場「にんぎょうげき」

人形劇団「コッコ座」の皆さんによる「和尚さんの壺」「牛とカエル」ほか。直接会場へ。
時11月15日(土)午後1時15分～2時 場柴崎学習館 定60人(先着順) 閤柴崎学習館 ☎(524)2773

乳幼児のための絵本・おもちゃ交換

家庭で不要となったおもちゃ、絵本、子ども服(130cmまで)、靴など(全て美品に限る)を交換します。事前持ち込みも可。直接会場へ。
☎市内在住の未就学児と保護者 時11月2日(日)午前10時30分～正午(なくなり次第終了) 場子ども未来センター 閤子育て支援事務局 ☎(529)8664

わくわく小動物体験

ヤギ、モルモット、パンダマウスなどと触れ合います。
☎市内在住の未就学児と保護者 時11月8日(土)▶午前10時30分～11時▶午前11時10分～11時40分 場子ども未来センター 定50組(申込順) 申10月13日(月・祝)午前10時から子育て支援事務局 ☎(529)8664へ

土曜日のホースセラピー

リトルホース2頭と触れ合います。直接会場へ。
☎市内在住の未就学児と保護者 時10月25日(土)午前11時～正午 場子ども未来センター 閤子育て支援事務局 ☎(529)8664

パパママいちごクラブ土曜日

身長・体重測定。親子で手形・足形シートも作れます。直接会場へ。
☎市内在住の0歳～1歳6か月の子どもと保護者 時11月1日(土)午後1時30分～3時 場子ども未来センター 閤子育て支援事務局 ☎(529)8664

わらべうた&絵本ライブ

☎未就学児と保護者 時11月15日(土)午前10時30分～11時15分 場上砂会館 師絵本作家・みなみじゅんこさん、わらべうたうたい・坂野知恵さん 定15組(申込順) 申10月10日(金)午前10時から 電子申請か電話で上砂図書館 ☎(535)1531へ

子育て情報誌「ほほえみ」vol.78

「ほほえみ」は、市内在住の未就学児がいる母親たちが作っている子育て情報誌。今回の特集は「はぐくるりんはどんなところ?」です。
▶配布場所＝子育て支援・保健センター、子ども未来センター、子育てひろば、市役所、幼稚園、保育園、児童館、地域学習館、図書館ほか
閤子育て支援事務局 ☎(529)8664

健康 Q & A

健康・福祉

市内指定医療機関は、市ホームページをご覧ください。

骨密度測定

必要に応じて保健指導、栄養指導等を行います。測定は年度に1回受けられます。
☎18歳以上の市民の方 時11月26日(水)・27日(木)・28日(金)、午前9時20分～午後3時30分(市が指定する日時) 場子育て支援・保健センター 定各日100人(申込順) 申10月10日(金)から 電子申請か電話で健康推進課成人健診係 ☎(527)3272へ

健康のためのくすり学フェア

薬剤師による薬の相談、骨密度・血管年齢・認知機能セルフチェック、調剤体験、学校薬剤師の仕事クイズ、薬物乱用防止の啓発など。立川市薬剤師会と共催。直接会場へ。
時10月19日(日)午前10時～午後3時 場女性総合センター1階健康サロン・ギャラリー 閤健康推進課業務係・内線4029

わかちあいの会(自死遺族の集い)

身近な人を自死(自殺)で亡くした方が、気持ちを語り合い、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11月14日(金)午後6時30分～8時 場アキシマエンス(昭島市つつじが丘3-3-15) 閤健康推進課保健事業係 ☎(527)3272

Q 家にある血圧計で測定すると、ときどき「不整脈」という表示が出ます。健康診断の心電図では問題がなかったのに、様子をみていてよいのでしょうか?

A 最近の血圧計には、脈をカウントする際に不規則な脈があると不整脈と表示が出るものがあります。これはとても便利な機能ですが、いざ不整脈と表示されると、どうすればいいのかわからない、という方もいらっしゃるでしょう。
ひとえに不整脈といっても、種類がいくつもあり、その中には様子をみていてよいものと治療が必要になるものがあります。治療の必要があるかどうかを確認するためには、心電図でこういった不整脈が出ているのかを診断しなければなりません。
また、不整脈の中には一過性に出るものも多く、健康診断で心電図を受けたときは、たまたま不整脈が出ていなかっただけかもしれません。したがって、健康診断の際の心電図に問題がなかったからといって、必ずしも治療が必要ないとは限りません。
血圧測定の際の不整脈の表示が気になる方、特に脈の乱れを感じる方は、一度、循環器内科を受診して検査を受けることをお勧めします。
《立川市医師会・西川慶》

