

**健康**

申・問健康推進課(〒190-0011高松町3-22-9健康会館内)☎(527)3272 Fax(521)0422へ

**メタボが気になる方のコース〜めざせ!ダイエットで夏ボディ**

最近ウエストが気になる方、ライフスタイルを見直してみませんか。日程などは下表の通りです(全13回)対40歳〜64歳の市民で、医師から運動を禁止されていない方(65歳以上の方でも医学・歯科講座は参加できます)場健康会館定24人(申込順)申3月25日(火)から電話で健康推進課へ

日程	内容	時間
5月8日(休)	基礎講座	午前9時30分〜11時30分
5月15日(休)	個別面談	※
5月22日(休)	医学講座	午前9時30分〜11時30分
5月29日(休)	歯科講座	
6月5日(休) 6月12日(休)	栄養講座	
6月19日(休) 6月26日(休) 7月3日(休) 7月10日(休)	運動講座(体操)	午前9時30分〜11時30分
7月17日(休)	運動講座(ヨガ)	
7月24日(休)	応用講座	
10月23日(休)	修了講座	

※5月15日(休)は午前9時30分〜午後4時の間で指定された時間(約30分)です。

**新生児等聴覚検査**

生まれて間もない赤ちゃんが眠っている間に行う、聞こえの検査です。聴覚障害をできるだけ早く発見し、適切な療育を受けることは、言葉の発達につながります。検査費用のうち、一定の金額(上限3,000円)を市が助成しています。対検査受診日に立川市に住民登録がある、原則として生後1か月以内の乳児申予約の上、直接、市内の指定医療機関へ

**麻しん風しん(MR)混合第2期予防接種**

対平成19年4月2日〜平成20年4月1日生まれの方(平成26年度に小学校就学を迎える方)公費で接種できる期間は3月31日(月)までです。お手元に問診票がない方は健康推進課母子保健係までご連絡ください。

**キラキラ★歯育て〜1歳からはじめる親子歯みがき教室**

この時期に大切な栄養と虫歯予防について学び、歯みがき実習などを行います。対1歳〜1歳2か月の子ども(第1子に限る)と親時①平成25年2月〜4月生まれ=4



月15日(火)②平成25年3月〜5月生まれ=5月20日(火)、いずれも午前10時〜11時30分場健康会館費100円(歯ブラシ代ほか)定各日15組(抽選)申4月1日(火)(消印有効)までに往復はがきに講座名、希望日、住所、親子の氏名、子どもの生年月日、電話番号を書いて健康推進課へ

**二種混合(ジフテリア・破傷風)予防接種**

対平成13年4月2日〜平成14年4月1日生まれ(小学6年生相当)の方公費で接種できる期間は3月31日(月)までです。お手元に問診票がない方は健康推進課母子保健係までご連絡ください。

**健康 Q & A 504**

学校環境の改善や薬物乱用防止など

**Q 学校薬剤師について教えてください**

A 学校保健安全法により、学校の設置者(市の教育委員会など)には幼稚園、小、中、高等学校に学校医、学校歯科医と共に、学校薬剤師を置くことが定められています。学校薬剤師に任命、委嘱された薬剤師は、学校の環境衛生について検査し、児童や生徒にとって快適な学校環境をつくるために、指導や助言をしています。具体的には、学校の飲料水の検査、プールの設備、水質検査、給食の衛生検査、教室の明るさや暖房中の空

気の汚れ具合などの、検査を定期的に行い、その結果に基づいて指導や助言を行っています。また、薬物乱用防止教育も活動の一つで、脱法ハーブなどから児童や生徒たちを守るため、薬物乱用防止教室などの正確な知識の啓発活動に積極的に協力しています。このように学校薬剤師は未来を背負っている子どもたちの学校環境の維持・改善と健康保持のために活動しています。**〈立川市薬剤師会・根本陽充〉**

**健康 日程表**

**健康相談(個別予約制・電話で健康推進課へ)**

- 健康会館=4月1日(火)午前9時30分〜11時 運動指導者・栄養士が相談に応じます。
- 健康会館=4月17日(休)午後1時30分〜3時 保健師・看護師・栄養士が相談に応じます。

**親子の健康相談(午前9時30分〜10時30分・直接会場へ)**

- 健康会館=3月26日(水)
  - 健康会館=4月23日(水)
  - 西砂学習館=4月2日(水)
  - 砂川学習館=5月7日(水)
- 保健師・助産師・成長相談員・栄養士・歯科衛生士が相談に応じます。

**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**

健診は該当月齢の翌月です。対象者には、個別に通知します。届いていない方は、健康推進課へ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。次回日程についてはご相談を。

**休日診療** 保険証を忘れずに

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9時

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5時

医療機関案内テレホンサービス ☎(526)2004  
▷月曜〜金曜日=午後5時〜9時▷土曜日=午後1時〜9時(祝日を除く)

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。

**お知らせ**

**国民年金〜学生納付特例の手続きをお忘れなく**

学生納付特例制度は、大学・専修学校などの学生で、本人の所得が一定基準以下の場合に納付義務が猶予される制度です。年度ごとの申請が必要です。平成26年度分については、4月に学生納付特例申請書(はがき様式)が届いた方はその書類を返送してください。届かない方は4月以降に窓口での手続きが必要です。手続きの際は、学生証、年金手帳、印鑑をご持参ください。問保険年金課国民年金係・内線1394

**次の店舗での取り扱いを終了**

- 指定収集袋(いずれも取り扱いを終了) ▶ダイエー立川店(曙町2丁目) ▶あらかしき米店(柴崎町4丁目) ▶和光立川店(若葉町1丁目)
- 粗大ごみ処理券・し尿処理券・指定収集袋(3月31日(月)取り扱い終了) (株)池田屋(錦町2丁目)

問ごみ対策課☎(531)5517

**募集**

**第23回たちかわ真夏の夜の演劇祭参加劇団**

▶参加資格=①多摩地域を活動の拠点とする演劇団体および個人②実行委員会に参加できること(4月〜平成27年3月まで)▶演目=たましんRISURUホール(立川市市民会館)小ホールで上演可能な2時間程度(休憩含む)の演目▶選考=内容、過去の参加回数、地域性などを基準に選考▶開催期間=8月1日(金)〜24日(日)▶費用=参加費・会場費は無料。照明・音響など公演に要する費用は自己負担▶申込方法=4月15日(火)(必着)までに郵送、ファクス、または直接(午後5時まで)、指定の申込用紙(財団ホームページ)http://www.tachikawa-chiikibunka.or.jp/からダウンロード可)にあらすじを添えて、たちかわ演劇祭実行委員会(〒190-0022錦町3-3-20)☎(525)6581へ問同財団☎(526)1312

**外国人のための日本語教室(松中小学校)受講者**

Japanese Classes for Foreign Residents (Matsunaka Elementary school) Free of Charge (Except textbook 200 yen〜300yen/one month)

し たちは、立川国際友好協会の協力を得て、土曜日の夜間に松中小学校で外国人や外国出身の方のための日本語教室を開講しています。受講を希望する方は、直接会場へ時4月から6月の土曜日(右表の通り・7月以降も土曜日に行っています・月1回程度休みあり)、午後7時〜8時30分。初回は10分前にお越しください。場松中小(一番町5-8-5)駐車場あり。月200円〜300円(テキスト代)問協働推進課多文化共生係・内線2632または氏名・連絡先を書いてEメールkyoudousuishin@city.tachikawa.lg.jp

Japanese conversation classes are held with cooperation of

Tachikawa International Friendship Association (TIFA). Reservations are not required. Please go to the class you like to join directly 10 minutes before beginning. Place : Matsunaka Elementary school (5-8-5, Ichiban-cho Tachikawa-shi)

Saturday Evening 19:00〜20:30					
Month	Day				
Apr.	×	×	19	26	-
May	×	10	17	24	31
June	7	14	21	28	-

Schedule of classes. (You can learn after July. Generally, we take a rest once in one month.)

**日本語教室(松中小学校)ボランティア講師**

外国人に日本語を教えるボランティア講師を募集します。対外国人との交流に関心のある方時土曜日の午後7時〜8時30分場松中小定若干名(選考)申協働推進課多文化共生係・内線2632または氏名・連絡先を書いてEメールkyoudousuishin@city.tachikawa.lg.jp