

健康

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

コレステロールが気になる方のコース～血液サラサラの秘訣を学ぼう

対5月13日(火)現在、40歳～64歳の市民で、次のすべてに該当する方①HDLコレステロール値が30mg/dl以上②LDLコレステロール値が180mg/dl未満③医師から運動を禁止されていない④脂質異常症の薬を内服していない(64歳以上の方は、医学・歯科講座のみ参加できます)場健康会館定24人(申込順)費1,000円(調理実習代2回分)申4月10日(木)から電話で健康推進課へ

日程	内容	時間
5月13日(火)	基礎講座	午前9時30分～11時30分
5月20日(火)	個別面談	※
5月28日(水)	医学講座	午前9時30分～11時30分
6月3日(火)	歯科講座	午前9時30分～11時30分
6月10日(火)	調理実習	午前9時30分～正午
6月17日(火)		
6月24日(火)	運動講座	午前9時30分～11時30分
7月1日(火)		
7月8日(火)		
7月15日(火)	応用講座	
10月15日(水)	修了講座	

※5月20日(火)は午前9時30分～午後4時の間で指定された時間。

風しんの抗体検査・予防接種費用を助成します

妊娠中に風しんに感染すると胎児が先天性風しん症状群となる恐れがあります。市は抗体検査費用、および検査の結果、低抗体価となった方に対する予防接種費用の助成を行います。

- 抗体検査 ▶対象者=19歳以上の妊娠を予定または希望している女性 ▶検査費用=無料(全額公費負担)
- 予防接種 ▶対象者=19歳以上の妊娠を予定または希望している女性で、抗体検査の結果、低抗体価となった方 ▶接種費用自己負担額=麻しん風しん混合ワクチン5,000円、風しん単抗原ワクチン3,500円
- 実施期間 4月10日～平成27年3月31日
- 実施方法 市内の指定医療機関で予約のうえ実施してください。指定医療機関は市ホームページに掲載。

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

歯科休日急患診療所 ☎(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。

小児初期救急平日準夜間診療室を開設します

市では、月曜・水曜・金曜日の準夜間帯にお子さんの急な発熱などの症状を診察する小児救急診療室を、新たに共済立川病院内に開設します。
開設日=4月14日(月)から毎週月曜・水曜・金曜日(祝日、年末年始を除く)
診療時間=午後7時30分～10時30分(受け付けは午後10時まで)
所在地=錦町4-2-22国家公務員共済組合連合会立川病院内☎(523)2677
※来院の際は、病院南側の「夜間・休日救急入口」の時間外受付にお越しください。
※健康保険証と医療証を忘れずにお持ちください。お忘れの場合、または医療証の非該当の方については、預かり金として1万円をお預かりし、翌日以降の精算とさせていただきます。

●受付時間は午後10時まで
「広報たちかわ」3月25日号に折り込んだ「健康事業のお知らせ」の1面、立川市小児初期救急平日準夜間診療室の診療時間を「午後7時30分～10時30分」とご案内しましたが、受付時間は午後10時までです。ご利用の際はご注意ください。

問健康推進課



病児保育室をご利用ください

4月21日から、市内2か所目の病児保育室として、「子ども診療所病児保育室ばおばお」が開設されます。病児保育室は、お子さんが病気やけがで通園・通学ができないときなどにお子さんを一時預かりする施設です。
対生後4か月～小学3年生のお子さん時保育時間は平日午前8時30分～午後5時30分(土曜・日曜日、祝日、年末年始等はお休み)。利用するにはそれぞれの施設で事前登録が必要です。

くわしくは、各施設にお問い合わせください。

- ぼけっと病児保育室 幸町1-11-3HP<http://saiwaikodomo.jp>☎(536)7333(平日午後1時～3時)
 - 子ども診療所病児保育室ばおばお 錦町1-23-25HP<http://www.t-kenseikai.jp/kodomo-cl/>☎(521)2777(平日午後1時～3時)
- 問保育課保育サービス推進係・内線1320

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。

まちのお知らせ

- 第2回「絵手紙大賞」作品募集 新絵手紙同好会が主催。手描き手紙文化の大切さと輪を広げるため絵手紙作品を募集。一般のはがきサイズでテーマ「お母さん」に関すること。応募数制限なし。原画(コピー不可)。宛名面に住所、氏名、電話番号を書いて5月24日(必着)までに直接、または郵送でみんなの展示場中村洋久絵画館(柴崎町2-21-17)へ。展示会は6月に開催費1点500円(参加費)問同会(みんなの展示場)☎(524)4702
- 第1回菊づくり講習会 立川菊花愛好会が主催。さし芽から鉢移植まで。秋には美しい花を楽しめます。菊花展は11月1日(土)～15日(土)に諏訪神社境内で開催時4月27日(日)午後1時30分～4時場さかえ会館定20人(申込順)申松本さん☎(524)2847
- 歌声のついで わおんが主催。懐かしい歌、楽しい歌と一緒に歌いましょう。直接会場へ時4月21日(月)午後1時30分～3時(5月19日(月)、6月16日(月)にも同時間・会場で開催)場ホームギャラリー・ステッチ(柏町4-77-1)費300円(子ども100円)定30人(先着順)問松本さん☎090(4532)6132
- 犬猫の家族大募集 福島原発20キロ圏内犬猫プロジェクトチームが主催。

福島で保護された犬猫のチャリティー。犬は午後から参加予定(大～中型犬)。猫は写真のみ。バスタオル、フードなどの寄付もお願いします。直接会場へ対犬猫とも室内飼育できる方。未成年は親の許可が必要時4月26日(土)午前10時～午後3時場玉川上水ステッチマルシェ内(柏町4-77-1)問おーあみ避難所team.mofu2@gmail.com

- 第6回マンション大規模修繕セミナー 一般社団法人マンション大規模修繕協議会立川支部が主催。他人事ではないマンション管理の問題を取り上げます対マンションに住んでいる方時4月26日(土)午後1時から場立川商工会議所申松井さん☎080(3085)2751
- 介護職員初任者研修(通学形式) NPO法人ケア・センターやわらぎが主催時①5月7日～7月16日(月曜・水曜・金曜日コース)、②6月14日～8月30日(火曜・木曜・土曜日コース)場▶講義=同法人研修センター(錦町2-6-23)▶実習=同法人事業所(立川市、国分寺市など)費56,995円(受講料、テキスト代)定24人(抽選)申最寄りの事業所で申込用紙に必要事項を書いて、身分証明等のコピーと一緒に提出してください問同法人☎(523)3552
- 押し花展示会 押し花サークル四季が主催。会員による額や小物類の作品を発表します。直接会場へ時4月26日(土)～29日(祝)午前10時～午後5時(初日は正午から、最終日は午後4時まで)問山崎さん☎090(4930)6928
- 介護職員初任者研修 NPO法人地域福祉サービス協会が主催。平日週3日

(主に月曜・水曜・金曜日)の通学コース。2級ヘルパーと同等の資格が取れます対18歳～65歳の健康な都民時5月19日(月)～8月8日(金)場地域保健企画ビル(錦町1-17-15)ほか費65,830円(受講料、教材代)定24人(申込順)申徳田さん☎(526)1899

- シングルのお父さんお母さんBBQしよう ひとり親の会立川マザーズが主催。いつも1人で頑張っている、お父さんとお母さん。春の公園でBBQを楽しみませんか。無料開放日です対ひとり親家庭の親子時4月29日(祝)午前10時30分から場昭和記念公園BBQガーデン費大人2,300円、小・中学生1,000円、未就学児無料定10組(申込順)申4月20日(日)までに篠原さん☎090(2247)4188
- 俳句初心者無料体験教室 公益社団法人日本伝統俳句協会が主催。公園で俳句を作り、句会も体験できます対18歳～65歳の初心者時4月29日(祝)午後1時～4時30分場柴崎学習館定10人(申込順)申同協会☎03(3454)5191
- 「法の日」無料相談 東京土地家屋調査士会立川支部が主催。土地・建物の調査・測量、境界問題および不動産の表示に関する登記の相談。直接会場へ時4月15日(火)午後1時～4時場砂川学習館問木原さん☎(521)7829
- 第18回エレガンス立川舞踊会 エレガンス立川が主催。ラテン講習会、ミキシング、トライアル、抽選会あり。お一人でもどうぞ。直接会場へ対ダンス愛好者時4月13日(日)午後1時～4時30分場泉市民体育館費500円(講師謝礼、会場費)問稲田さん☎(536)5138

会員募集

- 曙気功サークル 東洋医学に基づいた呼吸法で、ツボ、経絡を刺激するゆっくりとした動きで免疫力を高め体力を強化する技能を身につけます。見学歓迎対気功に興味のある60歳以上の方時毎週木曜日、午後1時30分～3時30分場曙福祉会館入1,000円月2,500円申松本さん☎(507)5351
- リーベ NHK放送テキストを使用し日常会話にすぐに役立つやさしい英語をクイズやゲーム等も取り入れて初心者にも安心な少人数クラスです対中高年の方時毎月第1・第3水曜日、午後1時30分～3時30分場高松学習館月1,000円定10人(申込順)申白岩さん☎090(7425)7744
- 英会話メイツセブン 英国ケンブリッジ大編のテキストで読み書き・聴く話す基本英語を、ネイティブフレーズで実用会話を、時の話題英語も学習対中高年の方時毎月第2・第3・第4土曜日、午前9時30分～11時30分場高松学習館月1,000円定10人(申込順)申土屋さん☎(535)0354
- 青春のポップス愛好会 日語英語のオールディーズを歌声喫茶風に全員で歌い世界の音楽を講師の解説付きで鑑賞する全く新しいタイプの音楽サークル対中高年の方時毎月第2・第4土曜日、午後2時～4時場高松学習館月1,000円定10人(申込順)申杉本さん☎080(5015)2636