

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。電子申請はHP <https://www.e-tetsuzuki99.com/tokyo/>

歯と口の健康週間

市は「歯と口の健康週間」に、立川市歯科医師会と協力して次の催しを行います。直接会場へ。

●**歯と口の健康週間ポスター展** 市内の児童・生徒の作品を展示 **時**5月27日(火)～6月1日(日) **場**たましんRISURUホール(立川市市民会館)

●**歯の健康診査と相談(下表)** 歯科医師による歯科健診と歯科衛生士によるブラッシング指導を行います。

歯の健康診査と相談		
会場	日程	時間
砂川学習館	5月30日(金)	午前10時～午後2時40分
女性総合センター1階健康サロン	5月31日(土) 6月1日(日)	午前10時～午後3時50分

●**講演** 「口腔からウェルエイジング」。直接会場へ **時**5月31日(土)午後2時～4時 **場**女性総合センター1階ホール **師**東京歯科大学教授・阿部伸一さん **問**健康推進課 ☎(527)3272、ポスター展については学務課学務保健係・内線2515

健康ささえ隊～活動発表とホットバックマッサージ体験

時6月16日(月)午後2時～4時 **場**健康会館 **定**20人(抽選) **特**飲み物 **申**6月10日(火)(必着)までに往復はがきに「ささえ

休日・夜間診療 保険証を忘れずに	休日急患診療所(内科・小児科) 健康会館1階▷日曜日・祝日=午前9時～午後9時	☎(526)2004
	歯科休日応急診療所 健康会館2階▷日曜日・祝日=午前9時～午後5時	☎(527)1900
	立川市小児救急診療室 共済立川病院内▷月曜・水曜・金曜日=午後7時30分～10時(祝日を除く)	☎(523)2677
	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 ※携帯電話・プッシュ回線からは☎#7119も利用できます。	☎(521)2323

官公署・その他

多摩パブリック法律事務所創立6周年記念無料法律相談会

時6月28日(土)午前10時～午後4時 **場**多摩パブリック法律事務所(曙町2-9-1) **定**48人(申込順) **申**6月9日(月)から電話で同事務局 ☎(548)2450(午前9時30分～午後7時。土曜・日曜日、祝日は除く)へ

特別支援学校「学校公開」

●**都立村山特別支援学校** 授業公開と学校概要説明。直接会場へ。個別面接を希望する方は下記問い合わせ先に事前申し込みを **時**6月4日(水)午前9時15分～正午(午前9時受け付け開始) **場**都立村山特別支援学校(武蔵村山市学園4-8) **問**同校 ☎042(564)

隊6/16」と、住所、氏名、電話番号を書いて健康推進課へ

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4月～6月生まれ=6月17日(火)②平成25年5月～7月生まれ=7月15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**6月3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



運動とおいしい減塩食で健康づくり

日程・内容は下表の通り **対**運動を禁止されていない市民の方、2日間参加できる方優先 **場**女性総合センター **師**運動指導者・尾崎智子さん、管理栄養士・永井真理子さん **費**500円(調理実習代) **定**20人(申込順) **申**5月26日(月)から電話で健康推進課へ

日程	内容
6月25日(水)	生活習慣改善のコツを学び、楽しく軽体操をします
7月2日(水)	食事バランスのコツを学び、おいしい減塩食を作ります

時間はいずれも午前9時30分～正午

栄町健康フェア

身体測定、骨密度測定、講演会や健康メニューの提案など。直接会場へ。駐

車場はありません **時**6月8日(日)午前9時30分～午後0時30分(受け付けは正午まで) **場**八小 **時**上履き

2年に1度、子宮頸がん・乳がん検診を受診しましょう

対象者や検診内容などは下表の通り。年齢の上限はありません。乳がん検診は、次の方は受けられません▷妊娠中の方▷授乳中の方▷乳房疾患で治療中や経過観察中の方▷乳房内に人工物が入っている方。住民税非課税世帯、生活保護世帯の方には費用の免除制度があります **申**希望検診名(①子宮頸がんのみ②乳がんのみ③

	子宮頸がん検診	乳がん検診
対象者	受診日現在20歳以上の女性市民の方で、昨年度の市の子宮頸がん検診を受けていない方	受診日現在40歳以上の女性市民の方で、昨年度の市の乳がん検診を受けていない方
検診内容	頸部細胞診(医師の判断で体部細胞診も)	視触診とマンモグラフィ(必要に応じて自己検診法指導)
負担額	頸部1,000円、頸部+体部2,000円	1,000円
受診期間	7月1日(火)～平成27年2月28日(土) ※期間内に、市内の指定医療機関で受診してください	

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**=6月19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。
- 健康会館**=7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。

親と子の健康相談(午前9時30分～10時30分・直接会場へ)

- 健康会館**=5月28日(水)
 - 西砂学習館**=6月4日(水)
 - 健康会館**=6月25日(水)
 - こぶし会館**=7月2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。

胃がん・大腸がん・肺がん・結核検診《午前中の指定した時間》

- 幸福社会館**=7月25日(金)
- 市役所**=*7月26日(土)
- 子ども未来センター**=7月27日(日)
- 健康会館**=7月28日(月)

*印の日は、肺がん・結核検診は行いません。

▶胃がん検診=900円▶大腸がん検診=300円▶肺がん検診=X線のみ800円、X線+喀痰=1,000円(いずれの検診も35歳以上の市民の方)▶結核検診=無料(15歳～34歳の市民の方) **申**電話、または電子申請で健康推進課へ
※7月の検診申し込みは6月13日(金)までです。なお定員になり次第締め切りますので、お早めにお申し込みください。

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。

子ども未来センターのコミュニティプログラム

子ども未来センターの協働事務室では登録団体がホスト役となり、多種多様なコミュニティプログラムを展開しています。

場子ども未来センター ☎(529)8682

●**木彫のコースターをつくろう!** 五角形のコースターに鳥のモチーフを彫ります。初心者歓迎 **対**16歳以上の方 **時**6月4日(水)午前9時30分～午後0時30分 **場**子ども未来センター **師**遊木会・菅原澄子さん **費**1,200円(材料代) **定**10人(申込順) **申**5月28日(水)までに遊木会 ☎(548)9370へ

●**オトナリ at たちかわ** 商店街との共催イベント。プロのミュージシャンの音楽ライブを聞いたあとは、地域のお店を楽しみましょう(有料。特典あり)。直接会場へ **時**6月4日(水)午後7

両方)と、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号を書いて郵送、または電子申請で健康推進課へ。お申し込みの方には、6月25日以降に受診票を郵送します。

子宮頸がん・乳がん検診の無料クーポン券などを送付します

平成25年4月2日～平成26年4月1日の間に次の年齢になった女性市民の方に各検診を無料で受けられる無料クーポン券などを送付します(6月25日郵送予定)。積極的に検診を受けましょう▷**子宮頸がん検診**=20歳▷**乳がん検診**=40歳

