

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

妊婦歯科健康診査の受診を

妊娠するとホルモンバランスの変化やつわりによる歯みがき不足などが原因で、歯肉が腫れやすくなったり、虫歯になりやすかったりする状態になります。市では、市内在住の妊娠中の方を対象に、歯科医師による無料の歯科健康診査を行っています。妊娠期間中に1回受診できます。「母子の保健バッグ」に同封されている受診券と母子健康手帳を持って市内指定医療機関で受診してください。なお、

受診券をお持ちでない方は健康推進課までご連絡ください。

40歳を過ぎたら成人歯科健康診査の受診を

歯の健康づくりと歯周病の早期発見のため、生活習慣などにかかわる問診、現在歯・喪失歯の健診などを行います。年度に1回、市内指定医療機関で受診できます。40歳以上の市民の方(歯科で治療中の方は除く)☎電話、または電子申請で健康推進課へ。指定医療機関で直接申し込みもできます。

日本脳炎予防接種

積極的勧奨の差し控えにより接種機会を逃した方(平成7年4月2日~平成19年4月1日生まれの方)は、第1期は4歳以上20歳未満の間、第2期は9歳

以上20歳未満の間、公費で接種できます。接種を希望する方で、お手元に

問診票がない場合は、健康推進課までご連絡ください。

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、年末年始(12月28日(日)~1月4日(日))=午前9時~午後9時

歯科休日応急診療所

健康会館2階▷日曜日・祝日、年末年始(12月28日(日)~1月4日(日))=午前9時~午後5時

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、12月29日・31日、1月2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。



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=1月6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=1月15日(木)午後1時30分~3時
医師・保健師・看護師・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)

- こぶし会館=1月7日(水)
 - 健康会館=1月28日(水)
 - 砂川学習館=☆2月4日(水)
 - 西砂学習館=3月4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。
 ☆印の日は「子育てひろば」と合わせて開催します。

胃がん・大腸がん・肺がん・結核検診(午前中の指定した時間)

- 市役所=3月7日(土)
 - 柴崎福祉会館=☆3月8日(日)
 - 健康会館=3月9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)☎電話、または電子申請で健康推進課へ
 ※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。

健康 Q & A 510

Q このごろ薬局で薬の飲み残しがなく、よく聞かれます。なぜですか？

A 平成26年4月に医療制度が改正されました。これにより薬がどのくらい残っているかを薬剤師が確認することになりました(残薬確認)。
 飲み残した薬を確認することによって余剰な薬を調剤することがなくなり、医療費の削減につながることを期待されます。実際に家庭での飲み残しや飲み忘れなどの残薬による余剰の国民医療費総額が、500億円に上る試算が出ています。

また、飲めなかった理由や飲まないことによる治療効果への影響などを考えて、患者さんや医師と相談して薬を減らしたり、変更したり、薬の飲み方を変更したりすることで治療効果を高めることができます。病院・薬局に行くときは、飲み残した薬の数をメモしていくことをお勧めします。またお薬手帳を毎回持って病院・薬局に行き、併用薬や残薬を確認することによって無駄のない医療を実現しましょう。

《立川市薬剤師会・大口岳彦》

スポーツ

市民体育大会

申込方法、費用などは立川市体育協会のホームページへ。

立川市体育協会

●バスケットボール(中学生の部)
 時1月11日(日)・12日(祝)柴崎市民体育館 八中・永井さん ☎(526)2007

市民体育大会の結果

個人はいずれも優勝。敬称略。

- テニス ▶シングルス▷中学男子=池田桐英▷中学女子=鈴木友梨▷一般男子A=菅野真之▷一般男子B=石橋富士男▷一般女子A=森田牧子▷一般女子B=立木翠▶ダブルスシニア=石橋富士男・川村千代見
- バドミントン ▶クラブ対抗(男子1部)▷優勝=フジレンジャー▷準優勝=幸町A▷第3位=栄クラブA▶クラブ対抗(男子2部)▷優勝=幸町B▷準

- 優勝=昭和第一学園高校▷第3位=グリーンリーブス若葉▶クラブ対抗(女子1部)▷優勝=幸町A▷準優勝=栄クラブA▷第3位=栄クラブB▶クラブ対抗(女子2部)▷優勝=錦クラブ▷準優勝=NBC-B▷第3位=グリーンリーブス若葉▶クラブ対抗(女子3部)▷優勝=立川高校▷準優勝=昭和第一学園高校▷第3位=立川一中▶地区対抗(男子)▷優勝=幸町体育会▷準優勝=砂川体育会▷第3位=若葉町体育会▶地区対抗(女子)▷優勝=砂川体育会▷準優勝=幸町体育会▷第3位=羽衣町体育会
- 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=柏町体育会▶女子▷優勝=富士見町体育会▷準優勝=若葉町体育会▷第3位=錦町体育会
- ソフトテニス ▷中学男子=藤本陸・高橋海斗▷中学女子=吉野和歌菜・岡本明日佳▷一般男子1部=千葉純一・三好裕介▷一般男子2部=田中恒太郎・水村孝也▷成年男子=氏原俊

- 文・竹沢敏文▷壮年男子=萱生義弘・矢形義之▷一般女子1部=蓮池空・長谷川恵理子▷一般女子2部=小島久美子・松岡美知子
- 空手道 ▶形の部▷幼児=廣瀬柊由▷小1=菊地洗▷小2=池谷琉翔▷小3=夜久修斗▷小4=関勤太郎▷小5=吉田亮瑛▷小6=本田光翔▷中学生=佐藤幹太▷一般有級=大嶋美咲▷一般有段=天野翔▷シニア=大西至▶組手の部▷幼児=道譯玲▷小1男子=菊地洗▷小2男子=池谷琉翔▷小学

- 低学年女子=成澤美咲▷小3男子=夜久修斗▷小3女子=朝倉玲菜▷小4男子=風間佑斗▷小4女子=尾崎結希乃▷小5男子=成澤功貴▷小5女子=牧野由楽▷小6男子=森紺雄太▷小6女子=内城美妃▷中学生男子=奥山諒大▷中学生女子=奥山紗奈▷女子=儀間美咲▷一般有級=生井歩▷一般有段=儀間勇樹▷シニア男子=三上竜一▷シニア女子=赤坂啓子

問立川市体育協会 ☎(534)1483

1月の個人利用日

- 泉市民体育館 ☎(536)6711
 - 第1体育室(卓球・バドミントン・ミニテニス)=7日・11日・14日・17日・21日・28日
 - 第2体育室▶卓球・バドミントン=5日・12日・19日・25日・26日(25日全日、25日以外は午前・午後Iのみ)
 - ▶バスケットボール=5日・12日・19日・26日(午後II・夜間のみ)
 - ▶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=午後7時30分~11時
- 柴崎市民体育館 ☎(523)5770
 - 1月5日(第1月曜日)は無料の個人開放日となります。
 - 第1体育室(バドミントン・ミニテニス) ●第2体育室(卓球・ボウリング)=いずれも5日・9日・10日・16日・18日・23日・24日・30日