

**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<http://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo/>

**胃がんリスク検査事業が始まります**

血液検査でピロリ菌の感染の有無と胃の粘膜の萎縮度を調べ胃の健康度を判定します**対**50歳～54歳の市民の方(今年度は昭和35年4月2日～昭和36年4月1日生まれの方も対象)。ただし、以下のうち1つでも該当する場合は対象外です▷勤務先等でABC検診を受ける機会がある▷過去にABC検診を受けたことがある▷過去にピロリ菌除菌治療を受けたことがある▷胃・十二指腸の疾患で治療中または手術歴がある▷プロトンポンプ阻害薬(制酸剤)を服用してから2か月経過していない▷腎不全または腎機能障害がある**時**10月1日(木)～平成28年3月31日(木)場市内指定医療機関**費**500円(検査時に医療機関にお支払ください。生活保護・住民税非課税世帯には免除あり)**申**はがき、電話または電子申請で健康推進課へ

**風しんの抗体検査・予防接種費用を助成**

- 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、低抗体価であった方▶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** 平成28年3月31日まで
- 実施方法** 市内の指定医療機関で予約の上、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。

**らくらくゴククン(離乳食準備教室)**

**対・時**離乳食を始めていない①平成27年5月～6月生まれの乳児の親=10月9日(金)②平成27年6月～7月生まれの乳児の親=11月13日(金)、いずれも午前10時～11時30分**場**①②とも健康会館**定**各16人(抽選)**費**100円(材料代)**申**①は9月18日(金)②は10月23日(金)(いずれも消印有効)までに、往復はがきに講座名、希望日、住所、親子の氏名と生年月日、電話番号、返信用宛先を書いて、健康推進課へ

**40代からはじめよう!!「転ばぬ先のカラダづくり」～ロコモティブシンドローム予防講座**

筋肉の衰えは40代から始まり、加齢とともに加速していきます。元気な体でいるためにロコモ予防を始めましょう**対**40歳以上の市民で、医師から運動を禁止されていない方**時**10月

26日(月)午後1時30分～3時30分**場**健康会館**師**目白大学保健医療学部理学療法学科准教授・新井武志さん**定**30人(申込順)**申**9月10日(木)から電話で健康推進課へ

**ママ・パパ健康教室「カラダとココロの栄養補給講座」**

保健師、管理栄養士、運動指導者、歯科衛生士に栄養と運動の面から正しい生活習慣を身につける方法を学びます**対**市内在住で子育て中の方。初めての方優先**時**▶**栄養講座**=11月19日(木)▶**運動講座**(リラックスヨガ)=11月26日(木)、いずれも午前9時30分～11時30分(全2回)**場**子ども未来センター**師**管理栄養士・中野裕子さん、ヨガインストラクター・伊藤統子さん**定**24人(申込順)**保**17人(生後4か月～学齢前)**申**9月10日(木)から電話で健康推進課へ

**39歳以下の健康診査(後期)**

内科診察、血液・尿検査、胸部レントゲン検査など**対**18歳～39歳の市民の方(勤務先などで健康診査を受けている方、および前期の健康診査を受診した方は除く)。平成28年3月末までに40歳を迎える方は、ご加入の健康保険組合などが実施する健康診査をご利用ください**時**▶健康診査=11月13日(金)・14日(土)▶結果説明=12月18日(金)・19日(土)。時間は個別に通知**場**健康会館**費**500円(住民税非課税世帯、生活保護世帯には免除制度あり)**定**各日130人(申込順)**保**健康診査日のみ若干名(0歳～学齢前)**申**10月16日(金)(必着)までに、「39歳以下の健康診査希望」、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号、受診希望日、結果説明希望日、保育の有無(有りの場合は人数と年齢も)を書いて、はがきか封書、または電子申請で健康推進課へ。くわしい案内は健診日の1週間前ごろに郵送します。

**富士見町健康フェア**

身体測定や体力測定、骨密度測定、医師による講演会など。直接会場へ。駐車場はありません**時**9月27日(日)午前9時30分～午後2時(受け付けは午後1時まで)**場**四小**特**上履き


**特定健康診査を受診しましょう**

国民健康保険に加入している40歳以上の方、後期高齢者医療制度に加入している方、生活保護などの無保険の方を対象にメタボリックシンドロームに着目した特定健康診査などを実施しています。受診期間は誕生月にかかわらず、平成28年3月31日までです。対象の方には受診券などを発送済みです。また、40歳以上で平成27年4月2日以降に社会保険などから、立川市国保や後期高齢者医療制度に医療保険が移行された方は、市の特定健康診査などを受けられる場合があります。くわしくはお問い合わせください。

**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。お子さん連れでも測定できます**対**18歳以上の市民の方**時**11月9日(月)・10日(火)、午前9時20分～午後3時30分(返信はがきで市が指定する

**熱中症にご注意!**



●日陰や「立川ひと涼みスポット」を利用してこまめに休憩しましょう。「立川ひと涼みスポットマップ」を市の公共施設等で配布しています。

**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=9月17日(木)午後1時30分～3時 総合健康相談(医師・保健師・管理栄養士が相談に応じます)
  - 健康会館=10月6日(火)午前9時30分～11時 栄養・運動相談(管理栄養士・運動指導者が相談に応じます)
- 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=9月30日(水)
  - 西砂学習館=10月7日(水)
  - 健康会館=10月28日(水)
  - 砂川学習館=☆11月4日(水)

保健師・助産師・心理相談員・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。心理相談員の相談は、原則予約制。空きがある場合は当日受付可。
- 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=11月5日(木)
  - 子ども未来センター=☆11月6日(金)
  - 砂川学習館=11月7日(土)

\*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 申込締め切りは9月24日(木)です。定員になり次第締め切ります。
- 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**

健康診査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。

**スポーツ**

**申・問**泉市民体育館(〒190-0015 泉町786-11)☎(536)6711、柴崎市民体育館(〒190-0023柴崎町6-15-9)☎(523)5770へ

**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  検索 

- 軟式野球(中学生の部)** **時**10月12日～11月3日の土曜・日曜日と祝日 **場**立川公園野球場ほか**問**立川ろう学校中等部・稲垣さん☎(523)6421
- スポーツ吹き矢** **時**10月25日(日)午前9時から**場**柴崎市民体育館**問**日本吹き矢レクリエーション協会☎(549)1135

時間)**場**健康会館**定**各日120人(申込順)**申**10月9日(金)(必着)までに、往復はがきに「骨密度測定希望」と、①測定希望日②住所③氏名④生年月日⑤電話番号、返信用宛先を書いて健康推進課へ

**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)** ☎(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

**立川市小児救急診療室** ☎(523)2677  
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)

**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。

- 卓球(対抗の部)** **時**11月8日(日)午前9時から**場**柴崎市民体育館**問**立川市卓球連盟・山田さんFax(536)3606
- ダンス** **時**11月8日(日)午前9時～午後4時**場**泉市民体育館**問**大会事務局・田中さん☎090(4616)6088
- ゴルフ** **時**11月16日(月)午前8時から**場**狭山ゴルフクラブ**問**立川市ゴルフ協会・小林さん☎(535)3223

**普通救命士講習会**

立川市体育協会が立川消防署の協力で開催。申込方法や費用など、くわしくは同協会ホームページ(左記事参照)をご覧ください**時**11月1日(日)午前8時30分～正午**場**泉市民体育館**定**30人(申込順)**問**立川市体育協会☎(534)1483

**9月20日～26日は 動物愛護週間 です**

動物は愛情と責任をもって終生飼いましょう 

**問**環境対策課・内線2244