

**健康**

**胃がんリスク検査**

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。50歳～54歳の市民の方。ただし、以下のうち1つでも該当する場合は対象外。勤務先等で胃がんリスク検査(ABC検診)を受ける機会がある。過去に胃がんリスク検査(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。平成31年3月31日(日)まで市内指定医療機関500円(検査時に医療機関にお支払いください。住民税非課税世帯、生活保護世帯等の方には免除制度あり)。

電話、電子申請、または「胃がんリスク検査」、住所、氏名、生年月日、電話番号を書いてはがきで健康推進課予防健康診係(〒190-0011高松町3-22-9健康会館内)☎(527)3272へ

**緑内障の早期発見のために検診を**

眼底、眼圧、視力などの検査を行います。40歳以上の市民の方(眼科疾患で治療中の方は除く)。7月1日(日)～11月30日(金)市内指定医療機関500円(受診時に医療機関にお支払いください。住民税非課税世帯、生活保護世帯等の方には免除制度あり)。

11月15日(木)(必着)までに、直接、電話、電子申請、または「緑内障検診希望」、住所、氏名、生年月日、電話番号を書いてはがきで健康推進課予防健康診係(〒190-0011高松町3-22-9健康会館内)☎(527)3272へ

号を書いて郵送で健康推進課予防健康診係(〒190-0011高松町3-22-9健康会館内)☎(527)3272へ。随時、受診票を郵送します。

**食中毒にご注意ください**

梅雨の時期から夏にかけて、食中毒に特に注意が必要な季節です。食中毒予防のために、次のことを心掛けましょう。

- 菌を付けない 調理や食事の前には、手をせっけんでしっかり洗う。肉や魚は、ほかの食品に汁がかからないように注意して保存。
- 菌を増やさない 冷凍した肉などを室温で解凍しない。生鮮食品や総菜などは素早く冷蔵庫へ。



**スポーツ**

**自治大学校庭球場の貸し出し**

7月～9月分の利用申し込みを受け付けます。応募多数の場合は抽選。申し込みには、自治大学校の利用者登録が必要です。新たに登録する場合は、代表者の市内在住・在勤が確認できるものを持って泉市民体育館へ。対象＝市内在住・在勤・在学で構成する5人以上のグループ。利用日・時間＝7月7日・14日、9月1日・8日・15日の土曜日、午前9時～午後1時。7月7日・14日・28日、8月4日・11日・18日・25日、9月8日・15日・22日の土曜日、午後1時～5時(1単位4時間)。利用料金＝1単位1,600円。申込方法＝6月17日(日)(必着)までに往復はがきに「自治大学校庭球場申し込み」、希望利用日、利用時間、自治大学校に登録された利用者番号、チーム名、代表者氏名、返信用宛先を書いてスポーツ振興課(〒190-0015泉町786-11泉市民体育館館内)☎(529)8515へ。1グループ、1か月につき、1単位まで。1単位ごとに1枚の往復はがきに書いてください。

菜などは素早く冷蔵庫へ。●菌をやっつける 食品は中心まで十分に加熱。調理器具は熱湯で消毒。健康推進課業務係☎(527)3632

**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8時45分(受付時間)

**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4時45分(受付時間)

**立川市・立川病院 小児科救急室** ☎(523)2677  
共済立川病院内  
▷月曜～金曜日(祝日を除く)  
=午後7時30分～10時(受付時間)

**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**

①健康相談 個別予約制(1人30分)。電話で健康推進課へ。会場は健康会館

- 総合健康相談 保健師・管理栄養士が相談に応じます。受付時間＝6月21日(木)午後1時20分～2時50分
- 栄養相談 管理栄養士が相談に応じます。受付時間＝7月3日(火)午前9時20分～10時50分

②胃がん・大腸がん・肺がん・結核検診(午前中の指定した時間・定員制)

- 幸福社会館＝\*9月7日(金)
- 市役所＝9月8日(土)・9日(日)
- 健康会館＝9月10日(月)
- 若葉会館＝10月20日(土)
- 立川高校＝10月21日(日)
- 健康会館＝10月22日(月)
- 市役所＝10月27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線と喀痰＝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。9月の検診の申込締め切りは7月20日(金)です。定員になり次第締め切ります。保育を希望する方はご相談ください。

③親と子の健康相談 直接会場へ▶受付時間＝午前9時30分～10時45分

- 健康会館＝6月27日(水)
- 砂川学習館＝7月4日(木)
- 健康会館＝7月25日(水)
- 西砂学習館＝8月1日(木)

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。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。6月27日、7月25日の午前10時～10時30分は、9～11か月児を対象とした離乳食後期教室を開催。直接会場へ。

④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。通知の届いていない方は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。

各相談・健康診査の会場の駐車場は台数に限りがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。健康推進課①②☎(527)3272、③④☎(527)3234

**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回菊作り講習会 立川菊花愛好会が主催。初心者対象の分かりやすい講習会です。今回は大菊の補助作り、実用の菊作りを体験します。作品は11月の諏訪神社の菊花展で展示。6月17日(日)午後1時～3時。さかえ会館20人(申込順)☎松本さん☎(524)2847
- 中大公開講演会「AI(人工知能)の過去・現在・未来」中央大学学会立川支部が主催。AIは人間を超えるのか。AIの原理、実態を解明し、何ができて何ができないかの判断ができるように解説します。直接会場へ。6月23日(土)午後5時～6時30分。立川グランドホテル(曙町2-14-16)☎中央大学理工学部教授・田口善弘さん☎60人(先着順)☎

- 布施さん☎090(8816)7438
- 奇術初心者講習会 立川市奇術愛好会が主催。やさしいマジックの演技を分かりやすく指導します。市内在住・在勤・在学の方。6月12日～7月17日の火曜日、午後7時～9時(全6回)高松学習館2,000円(材料代)20人(申込順)☎小井さん☎(523)3938
- 公開講座「認知症を伴うパーキンソン症候群～早期診断と対処法」東京都地域連携型認知症疾患医療センター「菜の花クリニック」が主催。7月8日(日)午後2時～4時30分。たましんRISURUホール☎順天堂大学教授・服部信孝さん、国立精神・神経医療研究センター総長・水澤英洋さん、神経内科医・佐藤猛さん☎700人(申込順)☎住所、氏名、連絡先を書いてファクスで同センター「菜の花クリニック」☎(557)7996
- 介護職員初任者研修 社会福祉法人 三多摩福祉会が主催。平日週3日(月曜・水曜・金曜日)の通学コース。都の就業促進事業と初任者研修資格取得支援事業の受託事業者です。15歳以上の

健康な都民の方。7月23日(月)～9月21日(金)地域保健企画ビル(錦町1-17-15)ほか83,000円(受講料。ほかに教材費として5,830円)24人(申込順)☎徳田さん☎(526)1899

**会員募集**

- 立川こぶし合唱団 元気で楽しくをモットーに、基本の発声練習をしっかりとする混声合唱団です。立川市合唱連盟に所属し、コンサート等、年3回発表します。見学可。おむね60歳以上の方。原則第1木曜日と火曜日が2回の月3回、午後2時～4時。上砂会館1,000円7,000円(ほかに「シニアクラブこぶし会」の年会費1,200円)10人(申込順)☎高橋さん☎(535)2719
- みんなの展示場和紙ちぎり絵同好会 指先を使うので脳の活性化につながります。毎月第2火曜日が第3水曜日(どちらかを選択)、午後1時30分～3時30分。みんなの展示場(柴崎町2-21-17)月1,500円☎中村さん☎

**東京女子体育大学特別講座～東京2020オリンピック・パラリンピックプロジェクト**

●ちゃんとやってみる!空手編 全日本空手道連盟から講師を迎え、競技を体験します。直接会場へ。6月23日(土)午後1時～2時30分。東京女子体育大学武道場(国立市)持動きやすい服装。東京女子体育大学☎(572)4131、立川市オリンピック・パラリンピック準備室・内線2680



**市民体育大会**

申込方法、費用などは「立川市体育協会」のホームページをご覧ください。●健康体操 7月8日(日)午後1時～2時30分。柴崎市民体育館。立川市健康体操連盟・横井さん☎(523)5595

●新体操(個人・団体) 8月24日(金)泉市民体育館。立川市新体操連盟。trg\_renmei@yahoo.co.jp

- (524)4702
- グリーングラス歌の会 抒情歌、童謡、ポピュラーを楽しく歌います。ストレッチ運動と腹式発声の練習もします。女性。毎月第1・第3金曜日、午前10時～正午。西砂学習館1,000円月3,000円定15人(申込順)☎草刈さん☎(531)6703
- 立川崖線の自然を守る会 多摩川由来の立川崖線にある富士見緑地で、草刈り、ごみ拾い、湧水池の清掃・美化、貴重な在来種の植物などの保護・保全などの活動を行っています。毎月第2・第4火曜日、午前10時～正午。富士見緑地(富士見町3-10)500円☎小林さん☎080(1262)5573
- フィリアR・G・大山 子ども新体操クラブ。ボールやリボンなどの手具を使って基礎から楽しく練習しています。見学・体験可。3歳～中学生。毎週木曜日、午後5時～6時30分。大山小体育館3,000円月5,000円☎藤嶋さん☎090(6097)0203