

健康

**一定年齢の成人男性の風しん
予防接種が定期接種に**

平成31年度～令和3年度にかけて、昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性を対象に、風しん抗体検査と、抗体価が低かった方への予防接種を無料で実施します。昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれの方へは5月下旬に受診方法等の案内を同封したクーポン券を送付します。そのほかの対象者の方へは来年度以降に送付する予定です。今年度中に検査を希望する場合は、市健康推進課にお申し込みください。指定医療機関は「厚生労働省」のホームページをご覧ください☎健康推進課予防健診係☎(527)3272

風しんの抗体検査・予防接種費用を助成

☑▷抗体検査=19歳以上の市民で、次のいずれかに該当する方①妊娠を予定または希望している女性②妊婦の同居者③上記①の同居者▷予防接種=抗体検査の対象者のうち、抗体検査の結果、低抗体価であった方☑▷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(自己負担額。抗体検査は無料)☑令和2年3月31日(火)までに市内指定医療機関で予約の上、受診してください。受診の際、本人確認書類の提示が必要です。指定医療機関は市ホームページをご覧ください☎健康推進課予防健診係☎(527)3272

健康ささえ隊～活動発表と「転ばぬ先の体操教室」

健康づくり活動を広めているボランティアグループ「健康ささえ隊」の活動発表を行います。後半は、「転ばぬ先の体操教室」を行います☑6月17日(月)午後0時30分～2時30分☑健康会館☑東京都柔道整復師会多摩中央支部の皆さん☑20人(抽選)☑時運動しやすい服装、飲み物☑5月27日(月)から健康推進課地域支援係☎(527)3632へ

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とおり。住民税非課税世帯、生活保護世帯等の方には費用の免除制度があります。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☑希望検診名(①子宮頸がんのみ②乳がんのみ③両方)、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予防健診係(〒190-0011高松町3-22-9健康会館内)☎(527)3272へ。6月下旬から随時、受診票を郵送します

	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)	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、頸部と体部2,000円	1,000円
受診期間	令和元年7月1日(月)～令和2年2月29日(土)に、市内の指定医療機関で受診してください	

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30年4月2日～平成31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クーポン券などを6月下旬に送付します。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☑健康推進課予防健診係☎(527)3272

39歳以下の健康診査(前期)

内科診察、血液・尿検査、胸部レントゲン検査など☑18歳～39歳の市民の方(勤務先などで健康診査を受けてい



る方は除く)。なお、令和2年3月31日までに40歳になる方は、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☑▷健康診査=7月12日(金)・13日(土)▷結果説明=8月9日(金)・10日(土)。時間は個別に通知します☑場健康会館☑500円(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)☑各130人(申込順)☑健康診査のみ若干名(1歳～学齢前)☑6月21日(金)(必着)までに、はがき、封書、または電子申請で「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(ありの場合は人数と年齢も)を書いて健康推進課予防健診係(〒190-0011高松町3-22-9健康会館内)へ。受診のくわしい案内は健診日の1週間前ごろに郵送します。

キラキラ☆歯育て～1歳からはじめる親子歯みがき教室

幼児期に大切な栄養と虫歯予防について学び、歯磨きの実習をします☑1歳～1歳2か月の子ども(第1



子に限る)と保護者☑▷平成30年4月～6月生まれ=6月18日(火)▷平成30年5月～7月生まれ=7月16日(火)、いずれも午前10時～11時30分☑健康会館☑100円(歯ブラシ代)☑各15組(申込順)☑5月27日(月)から健康推進課母子保健係☎(527)3234へ

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☑18歳以上の市民の方☑7月8日(月)・9日(火)、午前9時20分～午後3時30分(返信はがきで指定する日時)☑健康会館☑各120人(申込順)☑6月14日(金)(必着)までに、往復はがきに「骨密度測定希望」、測定希望日、住所、氏名、生年月日、電話番号、返信用宛先を書いて健康推進課予防健診係(〒190-0011高松町3-22-9健康会館内)☎(527)3272へ

高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種費用を助成

次の方を対象に肺炎球菌ワクチンの接種費用の一部を助成します。なお、平成31年度から助成の対象者は特定の生年月日の方のみに変わりました☑①または②に該当する方で過去に肺炎球菌ワクチンの接種を受けていない方①平成31年度中(令和2年3月31日まで)に65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳になる方、または101歳以上になる方②60歳～64歳で心臓、腎臓、呼吸器機能障害1級程度かヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害1級程度の障害を有する方☑市内指定医療機関☑自己負担額5,000円(生活保護世帯等の方には免除制度あり)☑平成31年度中に65歳になる方には5月下旬～6月上旬に予診票を送付します。そのほかの対象者で希望する方は、直接(本人確認書類の提示必須)、または、はがきに「肺炎球菌接種希望」、住所、氏名、生年月日、電話番号、過去に接種経験はない旨を書いて健康推進課予防健診係(〒190-0011高松町3-22-9健康会館内)☎(527)3272へ。電子申請も可(令和2年3月18日(水)まで)。受け付け後、予診票を発送します。全額自己負担した任意接種費用の払い戻しは行いませんので、必ず予診票を持参して指定医療機関で受けてください。

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 ☎(526)2004
▷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 ども救急室

共済立川病院内 ☎(523)2677
▷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

- 栄養・運動相談 管理栄養士・運動指導者が相談に応じます。受付時間=6月4日(火)午前9時20分～10時50分
- 保健・栄養相談 保健師・管理栄養士が相談に応じます。受付時間=6月20日(木)午後1時20分～2時50分

②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

- 西砂学習館=6月5日(水)
 - 健康会館=6月26日(水)
 - 砂川学習館=7月3日(水)
 - 健康会館=7月31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。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26日、7月31日の午前10時～10時30分は、8～10か月児を対象とした離乳食後期教室を開催します。直接会場へ☑15人(先着順)

③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。次回の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①☎(527)3272、②③☎(527)3234

歯と口の健康週間

いずれも直接会場へ。

①歯科健診とブラッシング指導

歯と口の健康に関する正しい知識の普及啓発と歯科疾患の予防のため、歯科健診とブラッシング指導を行います。

会場	日程	時間
砂川学習館	5月31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	6月1日(土)・2日(日)	午前10時～午後3時50分

②講演会 テーマは「健口生活の

ワンポイントアドバイス～かかりつけ歯科医との上手な付き合い方」☑6月1日(土)午後1時45分から☑女性総合センター1階ホール☑歯科医・山本秀樹さん

③ポスター展 市内の児童・生徒の作品を展示☑5月28日(火)～6月2日(日)、午前10時～午後5時(最終日は午後4時まで)☑女性総合センター1階ギャラリー

☑①・②健康推進課母子保健係☎(527)3234、③学務課学務保健係・内線2515