

健康

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
 ④希望検診名(①子宮頸がんのみ②乳がんのみ③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

	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	

課予防健診係(〒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。

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

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)

歯科休日急患診療所 ☎(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。

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④50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④令和2年3月31日(火)まで④市内指定医療機関④500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)④電話、または「胃がんリスク検査」、住所、氏名、生年月日、電話番号を書いて郵送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。電子申請も可。

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

- 栄養相談 管理栄養士が相談に応じます。受付時間=7月2日(火)午前9時20分~10時50分
- 総合健康相談 医師・保健師・管理栄養士が相談に応じます。受付時間=7月18日(木)午後1時20分~2時50分

②親子の健康相談 直接会場へ▶受付時間=午前9時30分~10時45分

- 砂川学習館=7月3日(水)
 - 健康会館=7月31日(水)
 - 西砂学習館=8月7日(水)
 - 健康会館=8月28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。7月31日、8月28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

スポーツ

Jリーグ・東京ヴェルディ「ホームタウンデー」観戦優待

立川市ホームタウンデー「東京ヴェルディvs愛媛FC戦」が7月20日(出)午後7時から味の素スタジアム(調布市)で開催されます。くわしくは「東京ヴェルディ」のホームページをご覧ください。
 ●観戦申込方法 7月19日(金)までに「東京ヴェルディ」のホームページ(右下2次元コードからアクセス可)から事前申し込みの上、チケットを発売してください。市内在住・在勤・在学、本人確認ができるものを持参してください④1,000円(18歳以下と65歳以上は無料)④東京ヴェルディチケット事務局☎03(3512)1969(土曜・日曜日、祝日を除く)、市スポーツ振興課☎(529)8515



ラジオ体操・みんなの体操会

正しいラジオ体操を覚えて、健康づくりや介護予防に取り組みましょう。椅子に座ってできる体操もあります。手話通訳あり。直接会場へ④①7月15日(月・祝)②7月21日(日)、いずれも午前10時~正午④①柴崎市民体育館第1体育室②泉市民体育館第1体育室④元NHKテレビ・ラジオ体操アシスタント・押味愛里沙さんほか④室内用運動靴、動きやすい服装、飲み物④スポーツ振興課☎(529)8515

市民体育大会

参加資格、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 時7月20日(出)午前10時~11時30分④柴崎市民体育館④立川市健康体操連盟・横井さん☎(523)5595

朝長なつ美選手を応援しよう!

近代五種ワールドカップファイナル東京大会が開催

近代五種は、馬術、水泳、フェンシング、レーザーラン(射撃、ランニング)を1日で行う複合競技です。

東京2020オリンピックのテストイベントとして、世界中からトップアスリートが集う本大会に、立川市から朝長なつ美選手が出場します。入場は無料です。直接会場へ(主催 公益社団法人日本近代五種協会、国際近代五種連合)④6月27日(木)~30日(日)④武蔵野の森総合スポーツプラザ(調布市西町290-11)、AGFフィールド(調布市西町376-3)④オリンピック・パラリンピック準備室・内線2680



東京2020 オリンピックまで **395**日 パラリンピックまで **427**日 (6/25時点)

ホームゲームを応援しに行こう!!

今月はフットサルの立川・府中アスレティックフットボールクラブと、立川生まれの3人制プロバスケットボールチーム「TACHIKAWA DICE」です。くわしくは「立川・府中アスレティックフットボールクラブ」「立川ダイス」のホームページをご覧ください。



時▶7月27日(土)=名古屋オーシャンズ戦▶8月3日(土)=バサジィ大分戦④アリーナ立川立飛(多摩モノレール立飛駅から徒歩1分)



対戦チームは3x3リーグ公式ホームページをご覧ください(右下2次元コードからアクセス可)④時▶7月20日(土)・27日(土)・28日(日)④ドーム立川立飛(多摩モノレール立飛駅から徒歩1分)



市民体育館

7月の個人利用日

▶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

泉市民体育館 ☎(536)6711

- 7月4日(第1木曜日)は無料の個人開放日です。
- 7月20日(土)は大会のため、7月31日(水)はイベントのため、体育館の個人利用はできません。
- 第1体育室(卓球・バドミントン・ミニテニス)=3日・4日・6日・10日・14日・17日・24日
- 第2体育室▶卓球・バドミントン=1日・8日・15日・22日・28日・29日(28日は全日、28日以外は午前・午後Iのみ)▶バスケットボール=1日・8日・15日・22日・29日(午後II、夜間のみ)

柴崎市民体育館 ☎(523)5770

- 7月1日(第1月曜日)は無料の個人開放日です。
- 第1体育室(バドミントン・ミニテニス)●第2体育室(卓球)=いずれも1日・5日・12日・13日・19日・21日・26日・27日
- 第1体育室(バスケットボール)=8日・22日(夜間は午後9時30分まで)