

健康

20歳以上の無料歯科健診

歯周組織の検査や現在歯の確認をする無料歯科健診を年度に1回、指定歯科医療機関で受診できます。75歳以上の方は飲み込みの力などもチェックします(20歳以上の市民の方(歯科で治療中の方は除く)☎電話か電子申請で健康推進課予防健診係☎(527)3272へ。指定歯科医療機関で直接申し込みもできます。指定歯科医療機関は、市ホームページをご覧ください。



妊婦歯科健診

妊娠するとホルモンバランスが変化し、歯肉が腫れたり、虫歯になりやすくなります。市内在住の妊婦の方は、妊娠期間中に1回公費負担で受診できます。「母と子の保健バッグ」に同封されている受診券と母子健康手帳を持って指定歯科医療機関で受診してください☎健康推進課母子保健係☎(527)3234

休日・夜間診療

- 事前に連絡の上、保険証を持参してお越しください。
- 新型コロナウイルス感染症に関する診療や検査等はありません。感染が疑われる場合は3面の「新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口」をご覧ください。

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 ども救急室 ☎(523)2677
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。

ハチマルニイマル キョウマルイチロク
8020・9016達成者を立川市歯科医師会が表彰します

今年度80歳以上になる方で歯が20本以上、90歳以上になる方で歯が16本以上であると判定された市民の方を対象に、表彰状と粗品を贈呈します(表彰は11月中旬を予定)。判定は無料で、4月11日(月)～10月31日(月)に、立川市歯科医師会の医療機関で受けられます。医療機関は「立川市歯科医師会」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

胃がん・大腸がん・肺がん検診

対象と費用は下表のとおり。
●**集団検診(前期)** 午前中の指定した時間に検診車で実施します(時・場)▷6月26日(日)=市役所▷6月27日(月)=健康会館▷7月8日(金)=西砂学習館▷7月9日(土)=砂川学習館▷7月10日(日)=子ども未来センター(4月11日(月)から各検診日の7週間前までに、電話または電子申請でお申し込みください)
●**個別検診** 市内指定医療機関で個別に検診を実施します(時)6月～令和5年2月(日)令和5年1月16日(月)までに、電話か電子申請でお申し込みください☎健康推進課予防健診係☎(527)3272

検診	費用	対象
胃がん検診(内視鏡)(個別検診のみ)	2,500円	令和4年度に50歳～74歳の偶数年齢になる市民の方
胃がん検診(X線)	1,200円	40歳以上の市民の方
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	15歳～39歳の市民の方
結核検診(集団検診のみ)	無料	

注1:胃がん検診は、同じ年度内にX線検診と内視鏡検診のどちらか一方しか受診できません。
注2:内視鏡検診の受診は2年に1回です。昨年度内視鏡検診を受診した方は、今年度は胃がん検診(X線検診を含む)を受診できません。

成人男性の風しん抗体検査と予防接種

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日に生まれた男性を対象に、風しんの抗体検査と、抗体検査の結果、抗体価が低かった方への予防接種を無料で実施していましたが、国の方針により、令和4年4月以降の事業延長が決まりました。クーポン券未使用の対象者には4月中旬に改めてクーポン券を送付します。クーポン券が届かない場合は電話か電子申請で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



楽しく学べる「出張健康講座」をご利用ください

市民の皆さんが行う自主サークルや学習会などに、講師(管理栄養士、運動指導者、歯科衛生士、保健師)を派遣します。講義だけでなく運動やヨガなどの実習もできます▶対象=市民で構成される10人～24人程度のグループ▶実施時間=月曜～金曜日の午前10時～午後4時のうち90分程度(祝日を除く)▶実施期間=令和5

年3月まで▶会場=市内の会場をグループで準備してください(会場費の助成はありません)▶申込方法=希望の分野を栄養、運動、歯科、保健から選び、希望日程の2か月前までに健康推進課保健事業係☎(527)3272へ

スポーツ

市民体育大会

参加資格、申込方法、費用等は「立川市体育協会」のホームページをご覧ください。
●**サッカー(小学生の部)** (時)4月9日(土)～12月17日(土)場市内小学校等☎立川市サッカー協会・土方さん☎090(1650)0490
●**新体操** (時)4月29日(金・祝)場泉市民体育館☎立川市新体操連盟☎trg_renmei@yahoo.co.jp
●**テニス(ダブルス)** (時)▷一般男子の部=5月1日(日)・14日(土)▷一般女子の部=5月7日(土)▷シニアミックス=5月7日(土)▷中学生男子=5月5日(木・祝)▷中学生女子=5月3日(火・祝)場泉町庭球場ほか☎立川市テニス連盟・山崎さん☎(536)6798
●**太極拳** (時)5月8日(日)場泉市民体育館☎立川市武術太極拳連盟・補陀さん☎080(3588)4176

シェアサイクル実証実験を開始

4月1日から、地域交通の補完等を目的としたシェアサイクル実証実験を開始しました。同じシステム(HELLO CYCLING)を導入している福生市や国立市等にあるステーションでも貸出・返却できます。電動アシスト付き自転車なので、長距離の運転も快適。市内外のレジャー等にぜひご利用ください。



ステーション設置場所は順次拡大中です。くわしくは「HELLO CYCLING」のアプリやホームページをご覧ください。

▶実証実験期間=4月1日～令和7年3月(3年間)▶事業者=OpenStreet株式会社▶車種=電動アシスト付き自転車▶利用可能時間=24時間365日▶料金体系=30分130円、30分経過後15分当たり100円、12時間1,800円
☎交通対策課自転車対策係・内線2285



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

- 保健・栄養相談** 保健師・管理栄養士が相談に応じます。
▶受付日時=4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。
▶受付日時=5月10日(火)午前9時20分～10時50分

②**親と子の健康相談** 個別予約制。電話で健康推進課へ

- 健康会館**=4月27日(水) ●**砂川学習館**=5月11日(水)
 - 健康会館**=5月25日(水) ●**西砂学習館**=6月1日(水)
- ▶受付時間=午前9時30分～10時45分
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。
4月27日、5月25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(各12組(申込順))

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。

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

春の全国交通安全運動

4月6日(水)～15日(金)



市内では昨年、463件の交通事故が発生しました。513人の死傷者のうち、自転車乗用中が最多の217人で、1人の方が亡くなりました。市内の自転車乗用中の事故は近年増加傾向で、交差点などでの出会い頭の事故が最も多く発生しています。事故を防ぐためにも、一人ひとりが交通ルール・マナーを守りましょう。

- 事故を防ぐポイント** ▶信号を守る ▶交差点では安全確認をする ▶自転車を含む車両は歩行者優先など安全な運転をする ▶青信号でも歩行者自身の目で安全確認をする

☎交通対策課交通企画係・内線2279