

スポーツ

軽体操・みんなでストレッチ教室(柴崎教室)

日程、費用等は下表のとおり市内在住・在勤・在学の18歳以上の方(市外の方も2次受け付けから可)柴崎市民体育館④12月15日(金)(必着)までに、往復はがきにコース名(1コースにつき往復はがき1枚)、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、在勤・在学の方は勤務先名か学校名、返信用宛先を書いて柴崎市民体育館(〒190-0023柴崎町6-15-9)☎(523)5770へ。1次当選した方は当選はがき、参加費、本人確認書類を持って、12月28日(木)午後8時までに来館し、一括払いをしてください

市立小・中学校体育施設利用団体登録の申請受付

4月から市立小・中学校体育施設(校庭、体育館)を定期的に利用するスポーツ団体は、継続・新規にかかわらず登録が必要です。利用条件は次のとおり

とおり▷10人以上で構成され、全員が市内在住・在勤・在学であること▷団体の代表者と指導者が成人であること④各小・中学校の学校管理員受付、泉市民体育館で配布する団体登録申請書(市ホームページからダウンロードも可)を▷市内の青少年団体、高齢者団体、社会福祉団体、地域体育会、自治会など=令和6年1月10日(水)まで▷その他の団体=1月17日(水)~31日(水)(必着)に直接、または郵送でスポーツ振興課(〒190-0015泉町786-11泉市民体育館内)☎(529)8515へ

自治大学校庭球場の貸し出し

令和6年1月~3月分の自治大学校テニスコート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・在学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・在学の方で構成する5人以上のグループ▶利用日・時間=令和6年1月6日・20日・27日、2

月3日・17日・24日、3月2日・9日・16日・30日の土曜日▷午前9時~午後1時▷午後1時~5時(1単位4時間。1月6日は午前、3月16日は午後のみ)▶利用料金=1単位1,600円▶申込方法=12月7日(木)(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枚の往復はがきを書いてください

栄町健康フェア

「誰でも気軽にできる、健康寿命を延ばすイスヨガ」、各種測定、健康相談などを行います。直接会場へ。なお、会場には駐車場がありません④12月10日(日)午前10時~正午(ヨガは午前10時15分~11時)④南砂小体育館④健康運動指導士・星弘美さん④上履き④健康推進課地域支援係☎(527)3632



健康

キラキラ☆歯育て~1歳から始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



④1歳~1歳2か月の子ども(第1子に限る)と保護者④▷令和4年10月~12月生まれ=12月19日(火)▷令和4年11月~令和5年1月生まれ=令和6年1月16日(火)、いずれも午前10時~11時30分④健康会館④各15組(申込順)④11月27日(月)から電話か電子申請で健康推進課母子保健係☎(527)3234へ

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の検査は行っていません。

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 小児科救急室

☎(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。

健康日程表

健康相談 1人30分場健康会館

- 12月5日(火)午前9時20分~10時50分=運動・栄養相談(運動指導者、管理栄養士が相談に応じます)
 - 12月21日(木)午後1時20分~2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)
- ☎電話か電子申請で健康推進課保健事業係☎(527)3272へ

親子の健康相談 受付時間は午前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
- 12月6日(水)=西砂学習館
 - 令和6年1月10日(水)=上砂会館
 - 1月31日(水)=健康会館 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④12組(申込順)
- ☎健康推進課母子保健係☎(527)3234へ

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。また、電話で日程の変更ができます。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。④健康推進課母子保健係☎(527)3234

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。

新型コロナウイルスワクチン接種の予約・相談、お問い合わせ

- 立川市新型コロナウイルスワクチン接種予約センター(コールセンター) ☎0120(741)567
〔土曜・日曜日、祝日を除く、午前8時30分~午後5時30分〕

立川市接種予約システム



新型コロナウイルス感染症に関する健康相談、医療機関のご案内など

- 東京都新型コロナ相談センター ☎0120(670)440
〔土曜・日曜日、祝日を含む、24時間〕



ホームゲームを応援しよう!!

市内で開催される公式戦日程をお知らせします。くわしくは、各チームのホームページをご覧ください。



●立川アスレティックFC ▶バサジイ大分戦=12月2日(土)午後4時試合開始④泉市民体育館



●立川ダイス ▶徳島ガンバローズ戦=▷12月16日(土)午後3時試合開始▷12月17日(日)午後1時試合開始④アリーナ立川立飛



●アルバルク東京 ▶広島ドラゴンフライズ戦=▷12月2日(土)午後3時5分試合開始▷12月3日(日)午後3時5分試合開始▶名古屋ダイヤモンドドルフィンズ戦▷12月23日(土)午後3時5分試合開始▷12月24日(日)午後3時5分試合開始④アリーナ立川立飛

市民体育館

12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(泉市民体育館)=午後7時30分~11時▶夜間(柴崎市民体育館)=午後7時30分~10時

泉市民体育館 ☎(536)6711

- 12月7日(第1木曜日)は無料の個人開放日です。
- 12月2日・10日はイベントのため、体育室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)=6日・7日(無料)・13日・16日・20日・27日
- 第2体育室▶卓球・バドミントン=4日・11日・18日・24日・25日(24日以外は午前・午後Iのみ)▶バスケットボール=4日・11日・18日・25日(いずれも午後II・夜間のみ)

柴崎市民体育館 ☎(523)5770

- 12月11日(第2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・8日・9日・15日・17日・22日・23日(17日は第2体育室のみ)
- 第1体育室(バスケットボール)=11日(無料)・25日(いずれも午後II・夜間のみ、夜間は午後9時30分まで)

