

健康

歯と口の健康週間

いずれも直接会場へ。
●**歯科健診と口腔衛生相談** 立川市歯科医師会と協力して歯科健診と口腔衛生相談をします。日時・会場は下表のとおり。

日程	時間	会場
6月2日(金)	午前10時～午後2時40分	西砂学習館
6月3日(土) 4日(日)	午前10時～午後3時50分	女性総合センター1階健康サロン

●**「8020」「9016」達成者表彰式&特別講演会** 特別講演会「薬剤師のお仕事はどんなことをしているの?」**時**6月3日(土)午後0時30分～2時**場**女性総合センター1階ホール**立**立川市薬剤師会理事・根本陽充さん
健康推進課母子保健係 ☎(527)3234

骨密度測定～申し込みは電話か電子申請で

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**対**18歳以上の市民の方**時**7月5日(水)・6日(木)、午前9時20分～午後3時30分(市が指定する日時)**場**健康会館**定**各日100人(申込順)**申**5月25日(木)～6月2日(金)に電話か電子申請で健康推進課予防健診係 ☎(527)3272へ

高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種

下記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。

①の方には6月上旬に予診票を送付します**対**次のいずれかに該当する方で過去に一度も肺炎球菌ワクチンの接種を受けていない方①令和6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②60歳～64歳の方で心臓、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級程度の障害のある方**場**市内指定医療機関**費**自己負担額2,500円。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。必ず予診票を持参して指定医療機関で受けてください**健康推進課予防健診係** ☎(527)3272



さいわいサクサク健康教室～栄養・歯科編

いつまでも自分の口でおいしく食べるために大切な食事法や歯や口のケアについて学びます**対**30歳～74歳の市民の方**時**7月3日・10日の月曜日、午後1時30分～3時30分(全2回)**場**こぶし会館**管理栄養士**・森本友紀恵さん、**歯科衛生士**・前田小由利さん**定**20人(申込順)**申**5月25日(木)から電話か電子申請で健康推進課保健事業係 ☎(527)3272へ

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**対**1歳～1歳2か月の子ども(第1子に限る)と保護者**時**▷令和4年4月～6月生まれ=6月20日(火)▷令和4年5月～7月生まれ=7月18日(火)、いずれも

午前10時～11時30分**場**健康会館**定**各15組(申込順)**申**5月25日(木)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

健康会館2階 ☎(527)1900
▷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

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。

禁煙週間展示

5月31日～6月6日は禁煙週間です。この週間にあわせ、禁煙や受動喫煙に関する展示をし、関連図書を紹介します**時**5月30日(火)～6月4日(日)、午前10時～午後8時(土曜・日曜日は午後5時まで)**場**中央図書館**健康推進課保健事業係** ☎(527)3272



シニア

涼やかさを演出◎ストールアレンジ講座・夏Ver.

対65歳以上の市民の方**時**6月16日(金)午後2時～3時30分**場**子ども未来センター**講師**スカーフコーディネーター・清水博子さん**定**18人(申込順)**時**ストール、スカーフ**申**南部東はごろも地域包括支援センター ☎(523)5612へ

手ぶらでOK!さわって覚えるスマホの基本とLINE体験

対65歳以上の市民の方**時**6月21日(水)午後2時～4時**場**錦学習館**定**20人(抽選)**申**6月5日(月)(消印有効)までに、往復はがき(1人につき1枚)に「スマホ教室希望」、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、返信用宛先を書いて、にしき福祉相談センター(〒190-0022 錦町6-28-15) ☎(527)0321へ



健康安全運転講座

運転能力の維持向上などに役立つ健康指導を理学療法士から学び、衝突回避支援システムなどを体験します**対**自動車運転免許証をお持ちの65歳以上の方**時**6月27日(火)午後1時から**場**ダイハツ東京販売Dモール立川ポテロード店(泉町841-11)**定**20人(申込順)**申**高齢福祉課介護予防推進係・内線1472へ

あなたは大丈夫!?「もしも」のための防災教室

対65歳以上の市民の方**時**6月2日・9日・30日の金曜日、午後2時～3時30分(全3回)**場**たましんRISURUホール5階第6・第7会議室**定**30人(申込順)**申**南部東はごろも地域包括支援センター ☎(523)5612へ

100トレ体操講習会

健康寿命を延ばし、QOLを保つことを目的に開発された運動プログラムです。人が人らしく生きるための3要素「一生涯自分の脚で歩く」「自分の力で食べる」「自分自身で排泄をコントロールする」を同時に鍛えられる体操を行います。申込方法等くわしくは「立川市体育協会」のホームページをご覧ください**対**おおむね60歳以上の方**時**6月23日(金)、7月8日(土)、午後1時30分～3時30分**場**泉市民体育館**講師**フィジカルトレーナー協会代表理事・中野ジェームズ修一さん**定**各100人(申込順)**申**立川市体育協会 ☎(534)1483



シニア就職1dayトライ面接会

求職者向けセミナーと10社が参加する合同就職面接会です**対**55歳以上の求職中の方**時**6月21日(水)▷第1部=正午～午後3時▷第2部=午後2時～5時**場**パレスホテル立川(曙町2-40-15)**定**各40人(申込順)**申**シニア就職1dayトライ事務局 ☎03(6256)9094へ。「シニア就職1dayトライ」のホームページからも申し込みます**申**市産業振興課商工振興係・内線2643

シルバー人材センター入会説明会

会員登録の申し込みも受け付けます**対**市内在住の原則60歳以上の方**時**▷5月30日(火)=女性総合センター5階第3学習室▷6月9日(金)・16日(金)=市役所2階209会議室▷6月14日(水)=シルバー人材センター柴崎本部(柴崎町1-17-7)、いずれも午後1時30分から**申**前日までにシルバー人材センター柴崎本部 ☎(527)2204へ

健康日程表

健康相談 1人30分**場**健康会館

- 6月6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)
 - 6月15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)
- 申**電話か電子申請で健康推進課保健事業係 ☎(527)3272へ

親と子の健康相談 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
- 6月7日(水)=西砂学習館
 - 6月28日(水)、7月26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**定**各12組(申込順)
 - 7月5日(水)=上砂会館
- 申**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。**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

■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〕

