



健康

市内指定医療機関、市内指定歯科医療機関は、市ホームページをご覧ください。

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、市内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。市内指定歯科医療機関で直接申し込みもできます。20歳以上の市民の方(歯科で治療の方は除く)「成人歯科健診希望」、住所、氏名、生年月日、電話番号を、直接、または電話、郵送、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

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ったりします。妊娠期における歯と口の健康を維持するため、妊婦歯科健診を受診しましょう。市内在住の方は妊娠期間中に公費負担で1回受診できます。「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市内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

ハチマルニイマル キュウマルイテロク 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式を行います(表彰式出席者には表彰状と粗品を贈呈)。判定は無料で、5月13日(月)まで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▶表彰式=時6月1日(土)午前11時から 場女性総合センター1階ホール 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23日(日)=市役所▷6月24日(月)=健康会館▷7月12日(金)=西砂学習館▷7月14日(日)=市役所各35人程度(申込順)甲4月10日(水)から各検診日の7週間前までに、電話または**電子申請**で申し込んでください

●**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7年2月 甲令和7年1月17日(金)までに、電話または**電子申請**で申し込んでください。年度当初に受け付けた申し込みについては、5月中旬~下旬に受診票等を送付します。

検診	費用	対象
胃がん検診(内視鏡)	2,500円	令和6年4月~令和7年3月に50歳~74歳になる市民の方
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)を受診することはできません。

健康推進課予防健診係☎(527)3272

歯と口の健康週間~口腔がん個別相談会

多摩総合医療センター口腔外科部長の重松司朗さんが口腔内の気になる箇所を診ます。時6月2日(日)正午~午後3時50分(返信はがきで指定する時間)場女性総合センター1階健康サロン定25人(抽選)甲5月17日(金)(必着)までに、往復はがきに「口腔がん個別相談会希望」、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。5月末に返信します

HPVワクチン(子宮頸がんワクチン)定期接種

対象は小学6年生~高校1年生相当年齢の女子です(キャッチアップ接種対象者は平成9年度~平成19年度生まれの女子)。標準的な接種方法は、おおむね6か月の間に3回です。なお、標準的な接種年齢にあたる中学1年生、定期接種期間の最終年齢である高校1年生相当年齢になる方のうち未接種(令和6年2月時点)の方には、5月末までに問診票を送付します。健康推進課予防健診係☎(527)3272

二種混合(ジフテリア・破傷風)予防接種

11歳以上13歳未満の方が定期予防接種の対象です。小学6年生を対象に4月末までに問診票を送付します。届かない場合はご連絡ください。健康推進課予防健診係☎(527)3272

子育て中のパパとママのための健康教室

「わたしにプラスかぞくもプラス 健康習慣でやさしい毎日を」というテーマで、後回しにしがちな自分自身の健康について考えます。手軽にできる食事の工夫を学び、ヨガとエクササイズで楽しく体を動かします。小学生以下の子どもがいる、医師から運動を制限されていない市民の方。時5月27日、6月3日・10日の月曜日、午前10時~11時45分(全3回)場健康会館管理栄養士・猪瀬多巳江さん、運動指導者・佐藤明子さん、ヨガインストラクター・小口律子さん定15人(申込順)保12人(4か月~学齢前)甲4月10日(水)から電話か**電子申請**で健康推進課保健事業係☎(527)3272へ

休日・夜間診療

●保険証、医療券等をお持ちください。

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。

スポーツ

市民体育大会

参加資格、申込方法、費用などは「立川市スポーツ協会」のホームページをご覧ください。

●**軟式野球** 時5月12日~6月9日の日曜日 場コトブキスタジアム 立川市軟式野球連盟・佐々木さん☎080(6761)4686

たちかわ健康体操 健康寿命を延ばそう!

市オリジナルの体操です。動画を見ながら、体と口を動かしてみましょう!



たちかわ健康体操

動画配信中!



健康推進課介護予防推進係・内線1472

健康日程表

健康相談 1人30分 場健康会館

- 4月18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)
 - 5月7日(火)午前9時20分~10時50分=栄養相談(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

- 4月24日(水)、5月29日(水)=健康会館
- 5月8日(水)=上砂会館
- 6月5日(水)=西砂学習館

☎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。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。

東京都シルバーパスの新規発行

都営交通、都内を走行する民営バス等が利用できるシルバーパスを発行します。



- パスの有効期限** 発行日から9月30日(月)まで
- 対象者** 70歳以上の都民の方(寝たきりの方を除く)。70歳になる誕生月の初日(1日が誕生日の方は前月の初日)から申し込みます。
- 申込方法** 必要書類(下表参照)を持って、最寄りのバス営業所等のシルバーパス発行窓口にお申し込みください。

対象者	費用	必要書類
①令和6年度の住民税が「課税」で、③以外の方	10,255円	▷保険証、運転免許証、マイナンバーカードなどの本人確認書類を1つ
②令和6年度の住民税が「非課税」の方	1,000円	▷②③の方は次のうちいずれか1つ
③令和6年度の住民税が「課税」で、令和5年の合計所得金額が135万円以下の方 ^{※1}		・介護保険料納入(決定)通知書 ^{※2} ・住民税課税(非課税)証明書 ^{※2} ・生活保護受給証明書

※1 不動産譲渡所得に係る特別控除の適用がある場合は、税法上の合計所得金額から特別控除額を控除して得た額。この特別控除の適用を受けた方は必要書類が異なる場合がありますので、お問い合わせください。

※2 令和6年度の書類。6月の住民税賦課決定前は前年度の書類で代用可。

☎東京バス協会シルバーパス専用電話☎03(5308)6950(土曜・日曜日、祝日を除く、午前9時~午後5時)

