

健康だより

これならできる! 健康栄養相談

管理栄養士・保健師が相談に応じます。

日 6月6日(火)午前9時10分~11時 **定** 10人(申し込み先着順) **内** 健診結果の見方と相談。その他健康に関する相談も可 **備** 考 健診結果があれば要持参。治療中の方は主治医に要相談 **ID** 1002831 **申** 問 場 電話で、健康推進課(健康

センター) ☎(376)9139へ

第109回多摩センター健康セミナー(放送)

放送日時 5月21日・28日各日曜日午後4時~5時(変更となる場合あり)

チャンネル 多摩テレビ111ch **内** ちょっと学んでみよう! ふるえ、痺れ、ふらつき、物忘れで気になる頭の病氣 **講** 師 青木淳哉氏(日本医科大学多摩永山病院脳神経内科部長) **開** 健康セミナー事務局 ☎(311)2250

コロナかな?と思ったら **ID**1002608 **開**健康推進課 ☎(376)9111

- 症状がある場合はご相談ください
- 医療機関に関する相談窓口
- 東京都新型コロナ相談センター ☎0120(670)440
- 多摩市新型コロナ電話相談 ☎042(376)9111
- 毎日・24時間 **備** 考 詳細は、東京都福祉保健局ホームページ参照
- 東京都新型コロナ相談センター ☎0120(670)440
- 多摩市新型コロナ電話相談 ☎042(376)9111
- 日~金曜日午前9時~正午・午後1時~5時(祝日を除く) **備** 考 はじめに「新型コロナ電話相談」とお伝えください

シリーズ 多摩市に吹く緑の風

~東京ヴェルディ・インフォメーションコーナー~



5月3日のジュピロ磐田戦は「多摩市ヴェルディ応援DAY」として開催しました。ご来場いただいた皆さん、ありがとうございました!

2023シーズンの明治安田生命J2リーグは強敵ぞろいですが、今年こそJ1リーグに昇格することを目標に選手とスタッフは戦っています。

サッカーワールドカップやWBCなどをテレビ観戦された方も多いと思いますが、サッカーをスタジアムで観戦する魅力は格別です。選手たちも「スタジアムでの応援が本当に力になっている」と繰り返し口にしています。次回のホームゲームは5月28日(日)午後2時キックオフのいわきFC戦(味の素スタジアム)です。当日はおいしいスタジアムグルメもたくさんあります。ぜひ多摩市をホームタウンとする東京ヴェルディの応援をよろしくをお願いします。

開 東京ヴェルディ ☎03(3512)1969、市役所スポーツ振興課 ☎(338)6954



©TOKYO VERDY

救急診療・電話案内など **ID**1002731

- 救急車を呼ぶべきか迷ったら**
- 消防庁救急相談センター(24時間) ☎ #7119、☎042(521)2323
 - 東京都医療機関案内サービス“ひまわり”(24時間) ☎03(5272)0303
 - 急患テレホンセンター(多摩消防署内)(24時間) ☎042(375)9999
 - 子供の健康相談室 小児救急相談(東京都) ☎ #8000、☎03(5285)8898
- 日** 月~金曜日午後6時~翌朝8時(土・日曜日、祝日、年末年始の午前8時~翌朝8時)

休日診療当番医(医科)

急病人のみ。来院前に必ず要電話予約。必ず時間内のご連絡・ご来院を。

日 午前9時~午後5時 **持** ち 物 健康保険証・乳幼児医療証など

診療日	医療機関名	所在地	電話番号
5/21(日)	中村内科医院	諏訪5-10-7	(375)7757
5/28(日)	山善内科クリニック	一ノ宮4-40-3聖蹟桜ヶ丘ガーデンハウス1階	(372)5588
6/4(日)	新垣内外科クリニック	鶴牧1-24-1新都市センタービル3階	(373)0514

- ※当番医は、都合により変更の場合あり
- こども準夜診療所(健康センター内)=小児科**
- 来院前に必ず電話でご連絡ください。
- 受付時間** 午後7時~9時45分 **開** ☎(375)0909
- 休日歯科応急診療所(健康センター内)=歯科**
- 来院前に必ず電話でご予約ください。
- 受付時間** 日曜日・祝日の午前9時~午後3時 **開** ☎(376)8009

観戦しよう! ポッチャ2023TAMAカップ

市は、地域の団体や企業と協働し、年齢や障がいの有無に関わらず楽しめるポッチャの大会、「ポッチャ2023TAMAカップ」を開催します。参加申し込みはすでに終了していますが、ぜひ、白熱した試合を観戦・応援にお越しください。

また、当日は特別企画として、2022全日本新体操選手権大会準優勝の国士舘大学男子新体操部が、新体操公開演技を実施する予定です。

●ポッチャの見どころ

- ① シンプルなルールで、初めて見る方でも十分に楽しめる
- ② 高度な頭脳戦で大逆転や驚きの一投が連発!
- ③ 子どもや高齢者・障がいのある方などが、身体能力に関わらず、平等な立場で活躍できる

日 6月4日(日)午前9時20分~正午=開会式・予選リーグ、午後1時20分~3時35分=決勝トーナメント、午後2時15分~2時45分=国士舘大学新体操公開演技 **開** 総合体育館第1スポーツホール2階観覧席 **ID** 1003871 **開** 当日直接会場へ **開** 主催ポッチャ2023TAMAカップ実行委員会(事務局スポーツ振興課) ☎(338)6954

有料広告 ※この広報紙に掲載されている有料広告は市の業務と直接関係ありません。内容は広告主にお問い合わせください

多摩市在住、60歳以上、おしごとをお探しの方へ

入会説明会 日程のご案内 **6/14 水** **7/11 火** **8/16 水** **予約制**

《時間》9:30~11:30
 《場所》多摩市桜ヶ丘4-40-1
 《アクセス》京王線「聖蹟桜ヶ丘駅」より徒歩10分
 バス「霞ヶ関橋」より徒歩4分

まずは資料請求から

TEL.042-371-3580 ※6月入会希望の方は、6月2日(金)までにお電話ください。

公益社団法人 多摩市シルバー人材センター | 多摩市桜ヶ丘4-40-1

庭木1本から承ります!

お見積り・お問い合わせはお電話もしくは2次元コードから

お客様へのお約束

- ✓ 土日でもOKです
- ✓ トイレはお借りしません
- ✓ お茶はご遠慮します

生垣剪定 長さ1m 高さ2m 通常2,200円を(税込) **先着10名様 1,100円!**

1本からの **ガーデンメンテナンス** **営業時間** 9:00~17:00
 【多摩店】多摩市永山 3-2-1

0120-61-4128